



**EFEKTIVITAS *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP *TRUNK CONTROL* PADA PASIEN STROKE: *LITERATURE REVIEW***

**KARYA TULIS ILMIAH**

**ZAHRA ADZKIA ALYA**

**1810702019**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA**

**2021**



**EFEKTIVITAS *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP *TRUNK CONTROL* PADA PASIEN STROKE: *LITERATURE REVIEW***

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Ahli Madya Kesehatan**

**ZAHRA ADZKIA ALYA**

**1810702019**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA**

**2021**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Zahra Adzkia Alya

NRP. : 1810702019

Tanggal : 11 Juli 2021

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 11 Juli 2021

Yang Menyatakan,



(Zahra Adzkia Alya)

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zahra Adzkia Alya  
NRP : 1810702019  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Efektivitas *Core Stability Exercise* Terhadap *Trunk Control* Pada Pasien Stroke: *Literature Review*”**

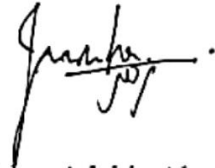
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 11 Juli 2021

Yang menyatakan,



(Zahra Adzkia Alya)

## PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh:

Nama : Zahra Adzkie Alya  
NIM : 1810702019  
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga  
Judul Karya Tulis Ilmiah : Efektivitas *Core Stability Exercise* Terhadap *Trunk Control* Pada Pasien Stroke: *Literature Review*

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Eko Prabowo, S.Fis, M.Fis  
Ketua Penguji



Farahdina Bahtiar, S.Ft, Physio, M.Sc

Penguji I



Suci Wahyu Ismiyasa, S.Ft, M.Erg

Penguji II (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Suhstadi, MARS

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Agustiyawan, SST.FT, M.Fis, Ftr

Ka. Prodi Fisioterapi Program Diploma Tiga

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 15 Juli 2021

# **EFEKTIVITAS *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP *TRUNK CONTROL* PADA PASIEN STROKE: *LITERATURE REVIEW***

**Zahra Adzkia Alya**

## **Abstrak**

Stroke adalah kumpulan tanda-tanda klinis karena adanya gangguan pada fungsi otak. Pasien stroke pada umumnya mengalami gangguan keseimbangan, kontrol postur, dan mobilisasi sehingga sulit untuk melakukan aktivitas. *Core stability exercise* ditunjukkan untuk meningkatkan *trunk control* dan keseimbangan pada pasien stroke. Tujuan penulisan ini adalah untuk melakukan kajian mengenai efektivitas *core stability exercise* terhadap *trunk control* pada pasien stroke terhadap artikel-artikel ilmiah yang ada. Metode penelitian ini adalah *literature review*. Parameter yang digunakan adalah *trunk impairment scale (TIS)*, sedangkan untuk penilaian metodologi menggunakan *The Physiotherapy Evidence Database rating scale (PEDro Scale)*. Artikel ilmiah yang digunakan yaitu penelitian dalam rentang waktu 2016 – 2021. Hasil dari 5 artikel ilmiah menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan pada *dynamic sitting balance* pada kelompok eksperimental ( $p < 0,05$ ) dibandingkan kelompok kontrol. Yang berarti, *core stability exercise* mampu meningkatkan *trunk control* pada pasien stroke.

**Kata kunci:** *stroke, core stability exercise, trunk control, literature review*

# **EFFECTIVENESS OF CORE STABILITY EXERCISE ON TRUNK CONTROL IN STROKE PATIENTS: LITERATURE REVIEW**

**Zahra Adzkia Alya**

## **Abstract**

Stroke is a collection of clinical signs due to disturbances in brain function. Stroke patients generally experience balance disorders, posture control, and mobilization making it difficult to carry out activities. Core stability exercise is intended to improve trunk control and balance in stroke patients. The purpose of this paper is to study the effectiveness of core stability exercise on trunk control in stroke patients on existing scientific articles. This research method is literature review. The parameter used is the trunk impairment scale (TIS), while the methodological assessment uses The Physiotherapy Evidence Database rating scale (PEDro Scale). The scientific articles used were research in the period 2016 – 2021. The results of 5 scientific articles showed a significant increase in dynamic sitting balance in the experimental group ( $p < 0.05$ ) compared to the control group. Which means, core stability exercise can improve trunk control in stroke patients.

**Keywords:** stroke, core stability exercise, trunk control, literature review

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Tuhan YME karena pada hakikatnya berkat rahmat dan karunia-Nya penulis bisa menuntaskan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Efektivitas *Core Stability Exercise* Terhadap *Trunk Control* Pada Pasien Stroke: *Literature Review*” dengan tepat waktu. Tak lupa shalawat beserta salam semoga selalu tercurahlimpahkan kepada Rasulullah SAW beserta keluarga dan para pengikutnya. Penulisan karya tulis ilmiah ini bertujuan untuk memenuhi syarat mencapai gelar Ahli Madya Kesehatan.

Dalam penulisan karya tulis ilmiah ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak, untuk itu penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Bapak Agustiyawan, SST.FT, M.Fis, Ftr, selaku Kepala Program Studi Diploma Tiga Fisioterapi;
2. Ibu Suci Wahyu Ismiyasa, S.Ft, M.Erg, selaku dosen pembimbing Tugas Akhir KTIA yang telah membimbing dan banyak membantu dan memberi masukan dalam penulisan karya tulis ilmiah ini;
3. Orang tua beserta keluarga tercinta yang sudah memberikan banyak dukungan moril dan materiil; dan
4. Semua pihak yang terlibat secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan, maka dari itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk kebaikan di masa mendatang. Akhirnya penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Jakarta, 11 Juli 2021

Penulis



Zahra Adzkie Alya



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1. Latar Belakang.....	1
I.2. Rumusan Masalah.....	3
I.3. Tujuan Penulisan .....	3
I.4. Manfaat Penulisan .....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
II.1. Stroke.....	5
II.2. Epidemiologi.....	5
II.3. Etiologi .....	6
II.4. Patofisiologi.....	6
II.5. Klasifikasi .....	7
II.6. Faktor Risiko .....	8
II.7. Tanda dan Gejala .....	8
II.8. Komplikasi.....	9
II.9. Problematik Fisioterapi (ICF).....	10
II.10. <i>Trunk Control</i> .....	10
II.11. Pengukuran <i>Trunk Control</i> .....	11
II.12. <i>Core Stability Exercise</i> .....	12
II.13. Efek <i>Core Stability Exercise</i> Terhadap <i>Trunk Control</i> .....	15
II.14. Kerangka Berfikir .....	16
BAB III METODE PENELITIAN.....	17
III.1. Desain Penelitian .....	17
III.2. Kriteria Sumber .....	17
III.3. Strategi Pencarian <i>Literature</i> .....	17
III.4. Strategi Analisa Hasil <i>Literature Review</i> .....	18
BAB IV HASIL LITERATURE REVIEW .....	19
IV.1. Deskripsi Penelitian yang Didapatkan.....	19
IV.2. Hasil Penilaian Kualitas Metodologi.....	20

IV.3. Hasil Ekstraksi dan Sintesis Data .....	21
BAB V PEMBAHASAN .....	25
V.1. Karakteristik Subjek .....	25
V.2. Karakteristik <i>Core Stability Exercise</i> .....	26
V.3. <i>Core Stability Exercise</i> terhadap <i>Trunk Control</i> Pasien Stroke.....	28
V.4. Keterbatasan dalam Penulisan .....	30
BAB VI PENUTUP .....	31
DAFTAR PUSTAKA .....	32
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	PICO.....	18
Tabel 2	Artikel Yang Didapatkan.....	19
Tabel 3	Interpretasi Penilaian <i>PEDro Scale</i> .....	20
Tabel 4	Hasil Penilaian Kualitas Metodologi <i>PEDro Scale</i> .....	20
Tabel 5	Karakteristik Studi Yang Digunakan.....	21
Tabel 6	Karakteristik Intervensi.....	23
Tabel 7	Karakteristik Subjek.....	23

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	<i>Core Stability Exercise</i> .....	14
----------	--------------------------------------	----

## DAFTAR SKEMA

Skema 1` Kerangka Berfikir.....	16
---------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Hasil Uji Kualitas Metodologi *PEDro Scale*
- Lampiran 2 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 3 Hasil Uji Turnitin