

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

Berdasarkan hasil *literature review* dari lima artikel yang telah ditelaah yaitu intervensi dengan *aerobic exercise* lebih berhasil dalam meningkatkan kapasitas aerobik dibanding dengan latihan biasa. Penurunan fisiologis pada pasien pasca stroke menyebabkan terhambatnya aktifitas fisik. Olahraga menggunakan Latihan aerobik yang tepat dan terukur yang dapat meningkatkan kapasitas aerobik dan mengurangi resiko cedera. Jika latihan dilakukan secara teratur dapat membantu kerja jantung menjadi lebih cepat untuk meningkatkan sirkulasi peredaran darah ke seluruh tubuh sehingga meningkatkan kapasitas aerobik serta dapat meningkatkan kualitas hidup pada pasien pasca stroke.