

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pelaksanaan asuhan keperawatan yang mencakup tahap pengkajian hingga evaluasi, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Pada keluarga kelolaan Tn. E didapatkan dua masalah yaitu pemeliharaan kesehatan tidak efektif pada keluarga Tn. E khususnya Tn. M dan manajemen kesehatan tidak efektif pada keluarga Tn. E khususnya Tn. E. Pada keluarga Tn. K selaku keluarga resume ditegakkan diagnosa manajemen kesehatan tidak efektif pada keluarga Tn. K khususnya Ny. S.
- b. Tn. M dan Ny. S masing-masing diberikan intervensi yang sama yaitu *rubber ball grip therapy* yang dilakukan selama tujuh hari setiap pagi dan sore dengan hasil menunjukkan peningkatan kekuatan otot pada kedua klien. Tn. M mengalami peningkatan kekuatan otot sejak hari ke-4, sedangkan Ny. S sebagai pasien resume menunjukkan peningkatan kekuatan otot mulai hari ke-5.
- c. Grafik harian menunjukkan peningkatan kekuatan otot yang konsisten pada kedua klien, meskipun waktu kemunculan peningkatan berbeda. Perbedaan waktu ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti jenis kelamin, aktivitas fisik tambahan serta adanya dukungan pengobatan lain yang hanya dilakukan oleh Tn. M.
- d. Berdasarkan temuan ini, *Rubber Ball Grip Therapy* sebagai intervensi *evidence-based nursing* terbukti efektif dalam meningkatkan kekuatan otot pada lansia stroke. Sebelum intervensi dilakukan, baik pasien kelolaan maupun pasien resume menunjukkan peningkatan kekuatan otot ekstremitas atas, yang ditandai dengan skor *Manual Muscle Testing* (MMT) masing-masing berada pada +3 dan +2. Setelah diberikan terapi secara rutin selama tujuh hari berturut-turut, terjadi peningkatan signifikan, yakni kekuatan otot pasien kelolaan meningkat menjadi 4, dan pasien resume meningkat menjadi -3. Hasil ini menunjukkan bahwa terapi ini memberikan dampak positif terhadap fungsi otot, meskipun

efektivitasnya dapat dipengaruhi oleh faktor tambahan seperti jenis kelamin, aktivitas fisik tambahan, dan dukungan pengobatan.

V.2 Saran

a. Bagi Lansia Stroke

Lansia yang mengalami stroke dapat menerapkan *Rubber Ball Grip Therapy* setiap hari, dilakukan dua kali sehari pada pagi dan sore hari, dengan durasi latihan sekitar 10–15 menit per sesi. Latihan ini dapat dijadikan bagian dari rutinitas harian untuk membantu meningkatkan kekuatan otot tangan dan mempercepat proses pemulihan fungsi gerak tubuh. Selain melakukan terapi fisik, lansia juga disarankan untuk menjaga pola makan dengan mengonsumsi makanan rendah garam guna mendukung kesehatan pembuluh darah dan mencegah kekambuhan stroke. Konsumsi herbal yang terbukti aman juga dapat diterapkan, namun tetap harus dikonsultasikan terlebih dahulu dengan tenaga kesehatan untuk menghindari interaksi obat. Kombinasi antara latihan fisik, pola makan sehat, dan dukungan herbal yang tepat dapat memberikan manfaat optimal dalam proses rehabilitasi lansia pasca stroke.

b. Bagi Keluarga dengan Anggota Keluarga Stroke

Keluarga dapat berperan aktif dalam mendukung proses pemulihan lansia stroke melalui keterlibatan langsung dalam pelaksanaan *Rubber Ball Grip Therapy*. Bentuk dukungan yang dapat diberikan antara lain membantu mengingatkan jadwal latihan dua kali sehari, menyiapkan alat terapi berupa bola karet, mendampingi saat latihan untuk memastikan gerakan dilakukan dengan benar, serta memberikan motivasi dan pujian agar lansia tetap semangat. Selain itu, keluarga juga dapat mencatat perkembangan kekuatan otot secara berkala, serta berkonsultasi dengan tenaga kesehatan jika diperlukan. Dukungan emosional dan kehadiran keluarga secara konsisten sangat berpengaruh dalam meningkatkan keberhasilan terapi di rumah.

c. Bagi Pelayanan Kesehatan

1) Puskesmas

Puskesmas dapat mengadopsi intervensi *rubber ball grip therapy* sebagai salah satu program pelayanan di masyarakat, seperti melalui posbindu, untuk diterapkan pada lansia yang mengalami stroke guna membantu meningkatkan kekuatan otot dan mendukung pemulihan fungsi gerak secara optimal.

2) Perawat

Perawat, khususnya perawat komunitas, memiliki peran penting dalam menerapkan *Rubber Ball Grip Therapy* sebagai intervensi non-farmakologis untuk membantu pemulihan kekuatan otot dan fungsi motorik pada lansia pasca-stroke. Dalam pelaksanaannya, perawat perlu menggunakan teknik komunikasi terapeutik yang empatik dan jelas, serta membangun kepercayaan melalui pendekatan Bina Hubungan Saluran Personal (BHSP) agar lansia dan keluarga merasa didukung. Pendekatan komunikasi yang tepat dan pengkajian yang sistematis akan meningkatkan efektivitas terapi dalam konteks keperawatan keluarga.

d. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penerapan *evidence based nursing* pada kasus lansia dengan stroke dapat dijadikan sebagai acuan dalam mengembangkan pengetahuan dan keterampilan keperawatan, di mana *rubber ball grip therapy* dapat dimanfaatkan sebagai salah satu alternatif intervensi dalam perencanaan asuhan keperawatan.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari pengaruh terapi ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan penelitian selanjutnya dengan memperluas cakupan variabel seperti durasi dan intensitas latihan, usia lansia, tingkat keparahan stroke, tingkat kepatuhan lansia dalam melakukan terapi, serta dukungan keluarga. Dengan mempertimbangkan faktor-faktor tersebut, diharapkan kombinasi intervensi mampu memberikan hasil yang lebih efektif dalam meningkatkan kekuatan otot dan fungsi motorik lansia pasca-stroke.