



**LATIHAN *CORE STABILITY* TERHADAP PENINGKATAN
POSTURAL CONTROL PADA PASIEN PASCA *STROKE*
ISKEMIK**

KARYA TULIS ILMIAH

NISRINA SALMA

1510702016

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI D - III FISIOTERAPI
2018**



**LATIHAN *CORE STABILITY* TERHADAP PENINGKATAN
POSTURAL CONTROL PADA PASIEN PASCA *STROKE*
ISKEMIK**

KARYA TULIS ILMIAH

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

NISRINA SALMA

1510702016

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI D-III FISIOTERAPI
2018**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Nisrina Salma

NRP : 1510702016

Tanggal : 11 Juli 2018

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

Jakarta, 11 Juli 2018

Yang Menyatakan,



(Nisrina Salma)

**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 : Nisrina Salma
NRP : 1510702016
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : D-III Fisioterapi

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: Latihan *Core Stability* Terhadap Peningkatan *Postural Control* pada Pasien Pasca *Stroke* Iskemik.

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/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 11 Juli 2018

Yang Menyatakan,



(Nisrina Salma)

PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah diajukan oleh :

Nama : Nisrina Salma
NRP : 1510702016
Program Studi : D-III Fisioterapi
Judul Karya Tulis Ilmiah : *Latihan Core Stability Terhadap Peningkatan Postural Control pada Pasien Pasca Stroke Iskemik*

Telah berhasil dipertahankan dihadapan tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya pada program Studi D-III Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



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



Heri Wibisono, AMd FT, S.Pd, M.Si
Penguji II



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Sri Yani, SST.FT, S.Pd, M.Si
Penguji III (Pembimbing)



Heri Wibisono, AMd FT, S.Pd, M.Si
Ka. Prodi D-III Fisioterapi

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal ujian : 11-Juli-2018

LATIHAN *CORE STABILITY* TERHADAP PENINGKATAN *POSTURAL CONTROL* PADA PASIEN PASCA *STROKE* ISKEMIK

Nisrina Salma

Abstrak

Studi Kasus ini dilakukan untuk mengkaji hasil dari Intervensi Latihan *Core Stability* pada Pasien Pasca *Stroke* untuk Meningkatkan *Postural Control*. *Stroke* adalah gangguan fungsi syaraf yang disebabkan oleh gangguan aliran darah dalam otak yang dapat timbul secara mendadak dalam beberapa detik atau secara cepat dalam beberapa jam dengan gejala-gejala atau tanda-tanda yang sesuai dengan daerah yang terganggu. Pada pasien pasca *stroke* dapat terjadi abnormitas tonus otot, kelemahan anggota sisi tubuh, terganggunya aktivitas sehari-hari, maupun terganggunya *postural control*. *Core stability exercise* adalah kemampuan untuk mengontrol posisi dan gerak dari *trunk* sampai *pelvic* yang digunakan untuk melakukan gerakan secara optimal dalam proses perpindahan, kontrol tekanan dan gerakan saat aktivitas. Desain pengambilan data *pre* dan *post case* studi pasca *stroke* di RSAL Mintohardjo yang mengalami gangguan *postural control*, sesuai kriteria inklusi yang dilakukan selama 3 minggu. Studi kasus diberikan kepada pasien pasca *stroke* dengan intervensi latihan *core stability* dengan pemberian terapi 3x dalam seminggu selama 9x *treatment*. Pemberian intervensi ini dapat meningkatkan *postural control* antara *pre* dan *post*, statis PASS menjadi 14 dan dinamis PASS menjadi 18. Kesimpulannya intervensi latihan *core stability* dapat meningkatkan *postural control* pada pasien pasca *stroke*.

Kata kunci: *Core Stability Exercise*, Parameter *Postural Assessment Scale for Stroke* (PASS), *Postural Control*, *Stroke*

CORE STABILITY EXERCISE ON POSTURAL CONTROL IMPROVEMENT FOR ISCHEMIC POST STROKE PATIENTS

Nisrina Salma

Abstract

This case study was conducted to examine the results of the Core Stability Exercise Intervention in Post Stroke Patients to Improve Postural Control. Stroke is nervous function disorder caused by impaired of bloodstream in brain which can occur suddenly in seconds or rapidly in a few hours with symptoms or signs which appropriate to the affected area. In post stroke patients there may occur tone muscles abnormalities, weakness of side body, disruption of daily activities, and disruption of postural control. Core stability exercise is the ability to control the position and movement of the trunk to the pelvic that used to perform the optimal movement in the process of displacement, pressure control and movement during activity. The design of pre-post case post stroke study data collection at RSAL Mintohardjo whose had postural control disorder, appropriate to inclusion criteria that was done for 3 weeks. Case studies were given to post stroke patients with core stability exercise interventions with 3 times of therapy in a week for 9 time of treatments. The provision of this intervention can increase postural control between pre and post, PASS statical reached 14 and PASS dynamic reached 18. The conclusion is core stability exercise interventions can improve postural control in post stroke patients.

Keywords: Core Stability Exercise, Parameter Postural Assessment Scale for Stroke (PASS), Postural Control, Stroke

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Ridho dan Hidayah-Nya sehingga Karya Tulis Ilmiah ini telah berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penulisan ini adalah "Latihan *core stability* terhadap peningkatan *postural control* pada pasien pasca *stroke* iskemik". Penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih kepada Bapak Prof. Dr. Ir. Eddy Sumarno Siradj, M.Sc.Eng selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, Bapak Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan beserta jajaran dan staff, Bapak Heri Wibisono, S.Pd, M.Si selaku Kepala Program Studi D-III Fisioterapi, Ibu Sri Yani, SST.FT, SPd, M.Si selaku dosen pembimbing dalam Karya Tulis Ilmiah serta Bapak Sunarya, S.FT selaku pembimbing lahan praktik di RSAL Dr. Mintohardjo.

Tak lupa penulis ucapkan banyak terima kasih kepada keluarga tercinta yaitu Mama, Papa, Kakak Dian, Ulan, Aska, Kakak Amay, Elviera, Linda yang telah memberikan do'a, dukungan moril dan materil, motivasi yang kalian berikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Serta Ny. S yang telah bersedia menjadi sampel penelitian. Teruntuk Nabila Salsabillah, Arrum Thamarine, dan Anha Fathira terima kasih senantiasa menemani dalam kondisi apapun, baik suka maupun duka. Teruntuk M. Ikhsan Firdaus terima kasih atas segala bantuan, kesabaran serta semangat yang selalu diberikan setiap harinya. Terima kasih banyak kepada Intan, Shofiya, dan kakakku Bingah yang senantiasa dengan ikhlas membantu. Serta teruntuk rekan-rekan mahasiswa Prodi D-III Fisioterapi Angkatan 2015, kelompok B Harliana Hadi P., Aulia Nur Assyifa, Kurniawan D. F. untuk kebersamaan selama 6 bulan selama praktek klinik.

Terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu atas do'a dan dukungannya. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pihak yang membutuhkannya, sehingga apa yang dituju dapat tercapai. Aamiin.

Jakarta, 1 Juli 2018

Penulis

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 DIAGRAM.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Identifikasi Masalah	5
I.3 Rumusan Masalah	5
I.4 Tujuan Penulisan	5
I.5 Manfaat Penulisan	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1. Stroke	7
II.2. Kontrol Postural (<i>Postural Control</i>)	22
II.3 <i>Core Stability Exercise</i>	26
II.4 Kerangka Konsep	32
BAB III METODE PENGAMBILAN DATA.....	33
III.1 Desain Study Kasus.....	33
III.2 Tempat dan Waktu Pengambilan Data.....	33
III.3 Populasi dan Sample	33
III.4 Definisi Operasional.....	34
III.5 Metodologi Pengambilan Data	35
III.6 Daftar Masalah Fisioterapi.....	45
III.7 Diagnosa Fisioterapi.....	46
III.8 Rencana Tindakan Fisioterapi.....	46
III.9 Rencana Evaluasi	46
III.10 Pelaksanaan Fisioterapi	47
III.11 Home Program	50
III.12 Pelaksanaan Evaluasi	51

BAB IV HASIL STUDI KASUS.....	52
IV.1 Hasil Anamnesa.....	52
IV.2 Hasil Pemeriksaan Umum.....	52
IV.3 Hasil Pemeriksaan Fisioterapi.....	53
IV.4 Problematik Fisioterapi.....	59
IV.5 Diagnosa Fisioterapi.....	60
IV.6 Hasil Evaluasi.....	60
BAB V PEMBAHASAN.....	62
V.1 Pembahasan.....	62
V.2 Keterbatasan Studi Kasus.....	66
BAB VI PENUTUP.....	68
VI.1 Kesimpulan.....	68
VI.2 Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA.....	69
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Hipertensi	19
Tabel 2	Variabel Dependent.....	34
Tabel 3	Berat Badan.....	37
Tabel 4	<i>Manual Muscle Testing</i> (MMT).....	38
Tabel 5	Skala Asworth	40
Tabel 6	Hasil Pemeriksaan Kekuatan Otot Ekstremitas Atas	54
Tabel 7	Hasil Pemeriksaan Kekuatan Otot Ekstremitas Bawah	55
Tabel 8	Hasil Pemeriksaan Fungsi Gerak Dasar Ekstremitas Atas.....	55
Tabel 9	Hasil Pemeriksaan Fungsi Gerak Dasar Ekstremitas Bawah.....	56
Tabel 10	Hasil Pemeriksaan Spastisitas.....	57
Tabel 11	Hasil Pemeriksaan Antropometri	57
Tabel 12	Hasil Pemeriksaan <i>Postural Control</i>	58
Tabel 13	Hasil Pemeriksaan Fungsional	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	<i>Abdomen retract to back</i>	30
Gambar 2	<i>Upper part of the back lifting</i>	30
Gambar 3	<i>Low limb elevation</i>	31
Gambar 4	<i>Rotation</i>	31

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Konsep	32
Skema 2	Rancangan <i>case study</i>	33

DAFTAR DIAGRAM

Diagram 1 Pre Test dan Post Test PASS	61
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Permohonan Ijin Pengambilan Data
- Lampiran 2 Pengambilan Data
- Lampiran 3 Surat Keterangan Telah Melaksanakan Penelitian
- Lampiran 4 Persetujuan Setelah Penjelasan
- Lampiran 5 Informed Consent
- Lampiran 6 Laporan Kasus
- Lampiran 7 Dokumentasi