



***TRUNK EXERCISE* UNTUK MENINGKATKAN
KESEIMBANGAN PADA PASIEN PASCA *STROKE ISCHEMIC***

KARYA TULIS ILMIAH

SRI MARYUNI WUSTHONAMI

1510702022

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI D-III FISIOTERAPI

2018



***TRUNK EXERCISE* UNTUK MENINGKATKAN
KESEIMBANGAN PADA PASIEN PASCA *STROKE ISCHEMIC***

KARYA TULIS ILMIAH

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

SRI MARYUNI WUSTHONAMI

1510702022

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI D-III FISIOTERAPI

2018

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Sri Maryuni Wusthonami

NRP : 1510702022

Tanggal : 10 Juli 2018

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidakseuaian dengan pernyataan saya ini maka saya bersedia dituntut dan di proses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.



PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sri Maryuni Wusthonami
NRP : 1510702022
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 : *Trunk Exercise Untuk Meningkatkan Keseimbangan pada Pasien Pasca Stroke Ischemic*

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 Akhir 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 : 10 Juli 2018

Yang Menyatakan



(Sri Maryuni Wusthonami)

PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah diajukan oleh :

Nama : Sri Maryuni Wusthonami
NRP : 1510702022
Program Studi : D-III Fisioterapi
Judul Karya Tulis Ilmiah : *Trunk Exercise* untuk Meningkatkan Keseimbangan pada Pasien Pacsa *Stroke Ischemic*

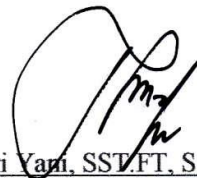
Telah berhasil dipertahankan dihadapan tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya pada program Studi D-III Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.



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



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



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



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



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

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal ujian : 10-Juli-2018

TRUNK EXERCISE* UNTUK MENINGKATKAN KESEIMBANGAN PADA PASIEN PASCA *STROKE ISCHEMIC

Sri Maryuni Wusthonami

Abstrak

Studi kasus ini dilakukan untuk mengkaji hasil dari Intervensi *Trunk Exercise* pada Pasien Pasca *Stroke* untuk Meningkatkan Keseimbangan. *Stroke* merupakan penyakit yang menyerang jaringan otak yang di sebabkan berkurangnya aliran darah dan oksigen kedalam otak. Penyempitan, atau pecahnya pembuluh darah di dalam otak. *Stroke* iskemik meliputi kurang lebih 88% dari semua *stroke*. Penderita *stroke* juga akan mengalami kelemahan otot pada bagian anggota gerak tubuh yang terkena, adanya gangguan keseimbangan, adanya gangguan postur, adanya gangguan pernafasan, adanya atropi, adanya gangguan kemampuan fungsional. *Trunk Exercise* adalah Latihan yang meliputi gerakan yang mengaktifkan sekelompok otot pada daerah *trunk*. Otot ini bekerja sebagai kelompok untuk membantu menstabilkan dan mengendalikan tulang belakang. Desain pengambilan data pre dan post case studi pasca *stroke* di RSUD Cengkareng yang mengalami gangguan keseimbangan, sesuai kriteria inklusi yang di lakukan selama 12x . Studi kasus di berikan kepada pasien pasca *stroke* dengan intervensi latihan *Trunk Exercise* dengan pemberian terapi 3x dalam seminggu selama 12x intervensi. Pemberian intervensi ini meningkatkan nilai keseimbangan dari 33 (skala BBS) ke 44 (skala BBS) .Kesimpulannya intervensi latihan *Trunk Exercise* dapat meningkatkan keseimbangan pada pasien pasca *stroke* iskemik.

Kata Kunci: *Balance* , *Berg Balance Scale* (BBS), *Stroke*, *Trunk Exercise*

TRUNK EXERCISE TO INCREASE BALANCE ON POST STROKE PATIENTS

Sri Maryuni Wusthonami

Abstract

This study was conducted to examine the results of the Trunk Exercise Intervention in Post-Stroke Patients to Improve the Balance. Stroke is a disease that attacks the brain tissue caused by reduced blood flow and oxygen into the brain. Narrowing or rupture of blood vessels in the brain. Ischemic stroke accounts for approximately 88% of all strokes. Ischemic stroke occurs when blood flow to the brain is suddenly inhibited. Patients with stroke will also experience muscle weakness in the affected limb parts, the presence of balance disorders, the presence of posture disorders, respiratory problems, the presence of atrophy, the presence of functional dysfunction.. Trunk Exercise is an Exercise that includes movements that activate a group of muscles in the trunk area. These muscles work as a group to stabilize and control the spine. The design of post-stroke study in RSUD Cengkareng who suffered a balance disorder, according to the inclusion criteria conducted for 12 times treatment. Case studies were administered to post-stroke patients with Trunk Exercise training interventions with 3 times treatment in a week for 12 times intervention. Provision of this intervention can improve the balance from 33 (Score BBS) to 44 (Score BBS) In conclusion Trunk Exercise training interventions can improve balance in patients ischemic post-stroke.

Keywords :Balance , Berg Balance Scale (BBS), Stroke, Trunk Exercise

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam studi kasus ini yang dilaksanakan sejak bulan April tahun 2018 (tahun) dengan judul *Trunk Exercise Untuk Meningkatkan Keseimbangan pada Pasien Pasca Stroke Ischemic*

Terima kasih penulis ucapkan kepada Bapak/Ibu Sri Yani, M.si selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran yang sangat bermanfaat. Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Bapak dan Ibu serta seluruh keluarga yang tidak henti-hentinya memberikan penulis semangat dan doa. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman-teman yang telah membantu dalam penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih banyak sekali kekurangan dalam penyusunan karya tulis ini, dikarenakan pengetahuan serta pengalaman penulis yang masih terbatas. semoga karya tulis ini dapat bermanfaat bagi semua pihak. Amin.

Jakarta, 10 Juli 2018

(Penulis)

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| PERNYATAAN ORISINALITAS | ii |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI | iii |
| PENGESAHAN | iv |
| ABSTRAK | v |
| ABSTRAC | vi |
| KATA PENGANTAR | vii |
| DAFTAR ISI..... | viii |
| DAFTAR GAMBAR | xii |
| DAFTAR TABEL | x |
| DAFTAR DIAGRAM | xii |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiii |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| I.1 Latar Belakang | 1 |
| I.2 Identifikasi Masalah | 4 |
| I.3 Rumusan Masalah | 4 |
| I.4 Tujuan Penulisan | 4 |
| I.5 Manfaat Penulisan | 5 |
| | |
| BAB III TINJAUAN PUSTAKA | 6 |
| II.1 Stroke | 6 |
| II.2 Keseimbangan | 19 |
| III.3 Trunk Exercise | 24 |
| III.4 Hubungan Intervensi Trunk Exercise dapat meningkatkan Keseimbangan | 30 |
| III.5 Konsep Berfikir | 31 |
| | |
| BAB III METODE PENGAMBILAN DATA..... | 32 |
| III.1 Design Study | 32 |
| III.2 Waktu dan Pengambilan data | 32 |
| III.3 Populasi | 33 |
| III.4 Sampel | 33 |
| III.5 Kriteria Inklusi dan Eksklusi | 33 |
| III.6 Definisi Operasional | 33 |
| III.7 Metode Pengambilan Data | 34 |
| III.8 Daftar Masalah Fisioterapi | 43 |
| III.9 Diagnosa Fisioterapi | 44 |
| III.10 Tindakan Fisioterapi | 44 |

| | |
|---|----|
| III.11 Tujuan Fisioterapi | 44 |
| III.12 Intervensi Fisioterapi..... | 45 |
| III.13 Edukasi | 45 |
| III.14 Hasil Evaluasi | 46 |
| III.15 Pelaksanaan Fisioterapi | 46 |
| III.16 Home Program | 47 |
| | |
| BAB IV HASIL STUDI KASUS..... | 48 |
| IV.1 Hasil Anamnesa | 48 |
| IV.2 Hasil Pemeriksaan Umum | 49 |
| IV.3 Hasil Pemeriksaan Fisioterapi | 49 |
| IV.4 Hasil Pengukuran LGS | 49 |
| IV.5 Hasil Pengukuran Kekuatan Otot | 51 |
| IV.6 Hasil Pengukuran Keseimbangan | 52 |
| IV.7 Hasil Test Sensibilitas | 53 |
| IV.8 Problematik Fisioterapi..... | 54 |
| IV.9 Diagnosa Fisioterapi | 54 |
| IV.10 Hasil Evaluasi | 54 |
| | |
| BAB V PEMBAHASAN | 56 |
| V.1 Pembahasan | 56 |
| V.2 Keterbatasan Studi Kasus | 60 |
| | |
| BAB VI PENUTUP | 62 |
| VI.1 Kesimpulan | 62 |
| VI.2 Saran | 62 |
| | |
| DAFTAR PUSTAKA | 63 |
| RIWAYAT HIDUP | |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR GAMBAR

| | | |
|----------|----------------------------|----|
| Gambar 1 | Bridging | 25 |
| Gambar 2 | Trunk Rotation..... | 26 |
| Gambar 3 | Lateral Trunk Flexion..... | 26 |
| Gambar 4 | Forward Punces | 27 |
| Gambar 5 | Punching Movement..... | 28 |
| Gambar 6 | Lower Trunk Rotation | 28 |
| Gambar 7 | Upper Trunk Rotation..... | 29 |
| Gambar 8 | Lateral Reach..... | 30 |

DAFTAR TABEL

| | | |
|---------|---|----|
| Tabel 1 | Variabel Dependent..... | 34 |
| Tabel 2 | Pemeriksaan Spastisitas | 38 |
| Tabel 3 | Pemeriksaan Keseimbangan..... | 39 |
| Tabel 4 | Hasil Pengukuran Lingkup Gerak Sendi..... | 49 |
| Tabel 5 | Hasil Pengukuran Kekuatan Otot..... | 51 |
| Tabel 6 | Hasil Pemeriksaan Keseimbangan | 52 |

DAFTAR DIAGRAM

| | | |
|-----------|---|----|
| Diagram 1 | Hasil Evaluasi Keseimbangan dengan Parameter BBS..... | 54 |
|-----------|---|----|

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|------------|---------------------------------|
| Lampiran 1 | Surat Permohonan Mengambil Data |
| Lampiran 2 | Naskah PSP |
| Lampiran 3 | Informed Consent |
| Lampiran 4 | Laporan Kasus |
| Lampiran 5 | Dokumentasi |
| Lampiran 6 | Surat Keterangan |