

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