



**PENDEKATAN METODE PNF PADA PASIEN POST-STROKE NON  
HEMORAGIK UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN  
BERJALAN DENGAN PARAMETER POMA**

**TUGAS AKHIR**

**BULAN HASIBUAN**

**1210702032**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
PROGRAM D III STUDI FISIOTERAPI  
2015**



**PENDEKATAN METODE PNF PADA PASIEN POST-STROKE NON  
HEMORAGIK UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN  
BERJALAN DENGAN PARAMETER POMA**

**TUGAS AKHIR**

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

**BULAN HASIBUAN**

**1210702032**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
PROGRAM D III STUDI FISIOTERAPI  
2015**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas akhir ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Bulan Hasibuan

NRP : 1210702032

Tanggal : 15 Juli 2015

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

Jakarta, 15 Juli 2015

Yang menyatakan,



( Bulan Hasibuan )

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

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

Nama : Bulan Hasibuan  
NRP : 1210702032  
Fakultas : Ilmu-Ilmu kesehatan  
Program Studi : D-III Fisioterapi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas tugas akhir saya yang berjudul : Pendekatan Metode PNF Pada Pasien Post-Stroke Non Hemoragik Untuk Meningkatkan Kemampuan Berjalan Dengan Parameter POMA.

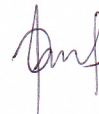
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 15 Juli 2015

Yang menyatakan,



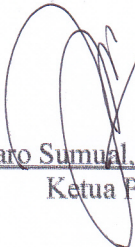
Bulan Hasibuan

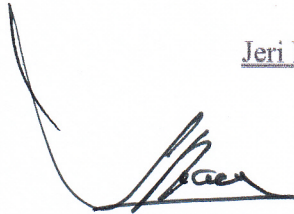
## PENGESAHAN


Tugas Akhir ini diajukan oleh:

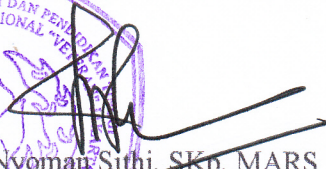
Nama : Bulan Hasibuan  
NRP : 1210702032  
Program Studi : Fisioterapi  
Judul TA : Pendekatan Metode PNF Pada Pasien Post Stroke Non Hemoragik Untuk Meningkatkan Kemampuan Berjalan Dengan Parameter POMA

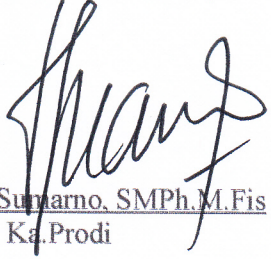
Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Fisioterapi pada Program Studi Fisioterapi, Fakultas Ilmu - Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.

  
Jeri Novaro Sumual, SST.Ft.SKM.M.Fis  
Ketua Penguji

  
Drs. Soeparman, SST.Ft  
Penguji I

  
Sarkosih, SST.Ft.S.Pd.MKKK  
Penguji II (Pembimbing)

  
Desak Nyoman Sithi, SKp, MARS  
Dekan

  
Drs. Slamet Sumarno, SPh.M.Fis  
Ka.Prodi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 29 Juli 2015

# **PENDEKATAN METODE PNF PADA PASIEN POST-STROKE NON HEMORAGIK UNTUK MENINGKATKAN KEMAMPUAN BERJALAN DENGAN PARAMETER POMA**

**Bulan Hasibuan**

## **Abstrak**

Stroke merupakan penyakit neurologis yang sering dijumpai dan harus ditangani secara cepat dan tepat. Stroke merupakan kelainan fungsi otak yang timbul mendadak yang disebabkan karena terjadinya gangguan peredaran darah otak dan bisa terjadi pada siapa saja dan kapan saja. Stroke Non Hemoragik adalah terjadinya sumbatan pada pembuluh darah yang menyebabkan aliran darah ke otak sebagian atau keseluruhan terhenti. PNF atau “Proprioceptive Neuromuscular Facilitation” merupakan salah satu metode yang efektif yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan berjalan pada pasien post stroke. Keseimbangan dan pola berjalan dapat dinilai menggunakan parameter POMA. Tujuan dari penulisan ini adalah untuk mengetahui kondisi atau masalah yang dijumpai pada stroke yang ditandai dengan gangguan gerak dan fungsional serta pendekatan metode PNF pada pasien stroke dapat meningkatkan kemampuan berjalan. Metode penulisan yang digunakan dalam menyusun Tugas Akhir ini adalah studi kasus. Terapi dilakukan sebanyak 12 kali berupa latihan 1) *Rhythmic Initiation*, (2) *Slow Reversal*, (3) *Agonistic Reversal* dan (4) *rocking* PNF untuk *relearning* berjalan. Setelah dilakukan fisioterapi sebanyak 12 kali didapatkan hasil yaitu, Meningkatnya kemampuan berjalan yang dinilai menggunakan parameter POMA.

**Kata kunci : Stroke Non Hemoragik, PNF, Parameter POMA**

# **PNF METHOD APPROACH ON POST-STROKE NON HEMORRHAGIC PATIENT TO IMPROVED WALKING ABILITY WITH PARAMETER POMA**

**Bulan Hasibuan**

## **Abstract**

Stroke is a neurological disease that is common and must be treated quickly and appropriately. Stroke is a disorder of brain function that arise due to the occurrence of sudden circulatory disorders of the brain and can happen to anyone and at anytime. Non Haemorrhagic stroke is a blockage in the blood vessels that causes the blood flow to the brain is partially or whole halted. PNF or "Proprioceptive Neuromuscular Facilitation" is one of the effective methods used to improve walking ability in patients with post-stroke. Balance and gait can be assessed using the parameter POMA. The purpose of this paper is to determine the condition or problems encountered in stroke were characterized by movement disorders and functional as well as PNF method approach in stroke patients can improve walking ability. Method used in compiling this Final Project is a case study. Therapy performed 12 times in the form of exercise (1) Rhythmic Initiation, (2) Slow Reversal, (3) Reversal agonistic and (4) rocking PNF for relearning to walk. After physiotherapy as much as 12 times is obtained as follows, Increased ability to walk were assessed using the paramater POMA.

**Keywords: Non Haemorrhagic Stroke, PNF, Parameter POMA**

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Allah swt, karena atas berkat dan rahmat-Nya akhirnya penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini, yang merupakan salah satu syarat untuk meraih gelar Ahli Madya Fisioterapi pada Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Judul yang dipilih dalam Tugas Akhir ini adalah Pendekatan Metode PNF Pada Pasien Post Stroke Non Hemoragik Untuk Meningkatkan Kemampuan Berjalan Dengan Parameter POMA.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Bapak Sarkosih, SST.FT,S.Pd,MKKK sebagai pembimbing yang telah meluangkan waktunya memberikan bimbingan dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah akhir ini. Kepada Bapak Slamet Sumarno, SMPH.M.Fis selaku Kaprodi jurusan fisioterapi yang telah membimbing dan memberikan arahan kepada mahasiswa fisioterapi. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada Bapak Eko Wibowo S.FT yang sudah membimbing dalam praktek lahan.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada ibu Hj. Sri Sudjarwati S.H serta seluruh keluarga yang memberikan semangat dan doa. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada Bima Akbar Rachsanjani Muawal yang selalu memberi nasihat dan semangat kepada penulis serta teman-teman terbaik yang telah membantu dalam penulisan Tugas Akhir ini. Kepada Kartika Sapta Putri, Fahmi Juliansyah, Galuh Zikrullah dan Sigit Ramdhani.

Jakarta, 15 Juli 2015

Penulis

Bulan Hasibuan



## 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 GRAFIK.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Identifikasi Masalah.....	3
I.3 Rumusan Masalah.....	3
I.4 Tujuan Penulisan .....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
II.1 Stroke.....	4
II.2 Problematik Fisioterapi.....	13
II.3 Diagnosa Fisioterapi .....	14
II.4 Pola Jalan.....	14
II.5 Metode Intervensi Fisioterapi .....	17
II.6 Edukasi dan Home Program .....	28
BAB III METODOLOGI PENGAMBILAN DATA.....	29
III.1 Metode Pengambilan Data.....	29
III.2 Waktu dan Tempat Pengambilan Data .....	39
III.3 Kriteria Kasus Terpilih .....	40
III.4 Definisi Operasional .....	40
III.5 Intervensi Fisioterapi .....	40
III.6 Rencana Edukasi.....	41
III.7 Rencana Evaluasi.....	41
III.8 Deskripsi Data dan Analisa Data.....	41
BAB IV PENATALAKSANAAN STUDI KASUS.....	42
IV.1 Identitas Pasien .....	42
IV.2 Assasment .....	42
IV.3 Problem Fisioterapi.....	42

IV.4 Dignosa Fisioterapi .....	42
IV.5 Prognosa Fisioterapi .....	42
IV.6 Intervensi Fisioterapi .....	43
IV.7 Edukasi .....	43
IV.8 Evaluasi.....	43
BAB V PEMBAHASAN .....	44
BAB VI PENUTUP .....	48
VI.1 Kesimpulan.....	48
DAFTAR PUSTAKA .....	49
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Teknik Pola Dasar PNF.....	21
Tabel 2 Klasifikasi Tekanan Darah.....	30
Tabel 3 Klasifikasi Denyut Nadi .....	31
Tabel 4 Frekuensi Pernapasan.....	31
Tabel 5 Suhu .....	32
Tabel 6 Indeks Massa Tubuh .....	32
Tabel 7 Manual Muscle Test.....	33
Tabel 8 Spastisitas.....	34
Tabel 9 Gait Test.....	36
Tabel 10 Balance Test.....	37
Tabel 11 Definisi Operasional .....	40

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Ilustrasi Stroke Non Hemoragik.....	6
Gambar 2 Skema Patofisiologi dan Masalah Stroke.....	11
Gambar 3 Fase Berjalan.....	15
Gambar 4 Teknik PNF .....	26
Gambar 5 Teknik PNF.....	26
Gambar 6 Teknik PNF.....	27
Gambar 7 Teknik PNF.....	27
Gambar 8 Teknik PNF.....	28

## DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 Analisa Parameter POMA.....	46
--------------------------------------	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Inform Consent
- Lampiran 2 Laporan Kasus