

**EFEKTIVITAS LATIHAN GENGAM BOLA KARET TERHADAP
PENINGKATAN KEKUATAN OTOT PADA PASIEN *STROKE*
ISKEMIK DI RUANG RAUNG RSUD dr. ABDOER
RAHEM SITUBONDO**

KARYA ILMIAH AKHIR



**Oleh :
Olivia Dea Nova Ardi
NIM. 25101130**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2026**

LEMBAR PENGESAHAN

EFEKTIVITAS LATIHAN GENGAM BOLA KARET TERHADAP PENINGKATAN KEKUATAN OTOT PADA PASIEN STROKE ISKEMIK DI RUANG RAUNG RSUD Dr. ABDOER RAHEM SITUBONDO

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Disusun Oleh :
Olivia Dea Nova Ardi
NIM. 25101130

Telah sukses dipertahankan di hadapan Dewan Penguji pada ujian sidang KIAN yang berlangsung pada tanggal 28 Bulan Juli Tahun 2026 dan diakui sebagai salah satu syarat yang diperlukan untuk mendapatkan gelar Profesi Ners/Ns di program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi Jember.

DEWAN PENGUJI

Penguji 1 : Anita Fatarona, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0716088702



(.....)

Penguji 2 : Silfina Tri Estiningrum, S.Kep., Ns
NIP. 198607112009032005



(.....)

Penguji 3 : Dr. Yugi Hari Chandra P, S.Kep., Ns., M.Si
NIDN. 0708079002



(.....)

Ketua Program Studi Profesi Ners

Emi Lita R Astutik, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0720028703

ABSTRAK

Olivia Dea Nova Ardi*, Yugi Hari Chandra**, 2025. **Efektivitas Latihan Genggam Bola Karet Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Pada Pasien Stroke Iskemik Di Ruang Raung RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo.** Program Studi Profesi Ners Universitas dr. Soebandi Jember

Pendahuluan: Stroke iskemik merupakan gangguan neurologis akibat penyumbatan pembuluh darah otak yang menyebabkan kelemahan otot ekstremitas atas (hemiparesis). Kondisi ini dapat menimbulkan kontraktur, atrofi otot, hingga kecacatan permanen apabila tidak segera ditangani. Salah satu intervensi nonfarmakologis adalah latihan genggam bola karet untuk merangsang pemulihan fungsi motorik. Penelitian ini bertujuan mengetahui efektivitas latihan genggam bola karet terhadap peningkatan kekuatan otot pada pasien stroke iskemik di Ruang Raung RSUD dr. Abdoer Rahem Situbondo.

Metode: Penelitian ini menggunakan studi kasus deskriptif pada dua pasien stroke iskemik dengan kelemahan otot ekstremitas atas. Latihan genggam bola karet diberikan selama empat hari berturut-turut, sebanyak dua kali sehari pagi dan sore selama $\pm 10-15$ menit. Kekuatan otot diukur menggunakan *Manual Muscle Testing* (MMT) skala 0–5 setiap hari sebelum latihan pagi dan setelah latihan sore. **Hasil:** Sebelum intervensi, kedua responden memiliki skor MMT 0. Setelah empat hari, Tn. F mengalami peningkatan kekuatan otot dari skor 0 menjadi 1 pada hari keempat, sedangkan Tn. A tetap berada pada skor MMT 0. **Diskusi:** Latihan genggam bola karet belum menunjukkan efektivitas yang konsisten pada kedua responden. Perbedaan respons ini dipengaruhi oleh tingkat keparahan gangguan neurologis dan kondisi klinis pasien. Meskipun demikian, latihan ini tetap dapat digunakan sebagai intervensi keperawatan nonfarmakologis yang aman dan mudah diterapkan pada rehabilitasi pasien stroke iskemik.

Kata kunci: stroke iskemik, kekuatan otot, latihan genggam bola karet, *Manual Muscle Testing*, hemiparesis.

*Peneliti

**Pembimbing