

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Responden dalam penelitian ini terdiri dari dua pasien berusia 47 dan 52 tahun yang didiagnosis stroke dengan kelemahan pada anggota gerak bagian atas kanan. Kedua pasien mengalami keterbatasan dalam gerakan tangan. Sebelum dilakukan terapi genggam bola karet, kekuatan otot tangan pada kedua pasien dinilai sebesar 2, yang mengindikasikan gerakan terbatas dan ketergantungan pada bantuan eksternal. Namun, setelah penerapan terapi bola karet selama 4 hari secara rutin, kekuatan otot meningkat menjadi 3, yang menunjukkan bahwa pasien mulai dapat melakukan gerakan dengan lebih bebas meskipun masih ada sedikit hambatan. Terapi genggam bola karet dilaksanakan secara teratur dengan durasi 10-15 menit setiap pagi selama 4 hari berturut-turut. Hasil terapi ini menunjukkan peningkatan yang signifikan pada kekuatan otot tangan pasien, dengan gerakan yang semakin stabil dan fungsional seiring berjalannya waktu. Penerapan terapi genggam bola karet pada pasien stroke memiliki implikasi yang sangat positif, tidak hanya dalam meningkatkan kekuatan otot tangan, tetapi juga dalam memperbaiki fungsi motorik ekstremitas atas pasien. Terapi ini terbukti menjadi metode yang efektif dalam mendukung pemulihan fungsional pasien stroke, mengurangi kelemahan otot, serta meningkatkan kualitas hidup mereka. Terapinya yang sederhana namun efektif dapat menjadi pilihan penting dalam rehabilitasi stroke untuk membantu pasien mendapatkan kembali kemampuan motorik mereka.

## **B. Saran**

### **1. Pasien**

Pasien disarankan untuk secara aktif terlibat dalam sesi latihan genggam bola karet. Melakukan latihan ini secara rutin, setidaknya 10-15 menit dua kali sehari, dapat membantu memulihkan kekuatan otot ekstremitas atas.

### **2. Keluarga**

Keluarga diharapkan dapat memberikan dukungan moral dan membantu pasien dalam melakukan latihan di rumah. Keterlibatan keluarga sangat berpengaruh terhadap keberhasilan rehabilitasi dengan cara membuat jadwal latihan rutin harian.

### **3. Perawat**

Perawat harus memberikan pengawasan selama sesi latihan untuk memastikan teknik yang benar dan mencegah cedera. Mereka juga perlu memberikan instruksi yang jelas mengenai frekuensi dan durasi latihan

### **4. Ruangan**

Pastikan ruang rehabilitasi dilengkapi dengan bola karet yang sesuai dan nyaman digunakan oleh pasien. Ruangan harus memiliki suasana yang mendukung, seperti pencahayaan yang baik dan ventilasi yang cukup

### **5. Rumah Sakit**

Rumah sakit perlu mengembangkan program rehabilitasi terintegrasi yang mencakup terapi genggam bola karet sebagai bagian dari pendekatan multidisiplin dalam perawatan stroke.

### **6. Peneliti lainnya**

Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi efek jangka panjang dari terapi genggam bola karet pada kekuatan otot dan fungsi motorik pasien stroke.