

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

5.1.1 Pengetahuan

A. Pengetahuan sebelum diberikan pendidikan kesehatan

a. Subjek pertama

Subjek belum pernah melakukan latihan ROM aktif sebelumnya, subjek juga mengatakan belum mengerti tentang pengertian dari ROM aktif, manfaat, tujuan, indikasi dilakukan ROM aktif, dan gerakan dari ROM aktif karena belum pernah diberitahu oleh petugas kesehatan dan subjek belum pernah mendengar tentang latihan rentang gerak sendi atau ROM

b. Subjek kedua

Subjek menjelaskan bahwa belum pernah melakukan latihan ROM aktif sebelumnya, subjek juga mengatakan belum mengerti tentang pengertian dari ROM aktif, manfaat, tujuan, indikasi dilakukan ROM aktif, dan gerakan dari ROM aktif karena belum pernah mendengar tentang latihan rentang gerak sendi atau ROM.

B. Pengetahuan sesudah diberikan pendidikan kesehatan**a. Subjek pertama**

Subjek dapat menjelaskan apa itu ROM aktif, manfaat, tujuan dan berapa banyak gerakan ROM, sedangkan untuk indikasi dilakukan ROM subjek mengatakan lupa.

b. Subjek kedua

Subjek dapat menjelaskan apa itu ROM aktif, manfaat, dan, sedangkan untuk berapa banyak gerakan ROM, indikasi dilakukan ROM, tujuan subjek tidak dapat menjelaskan dengan bedar dan subjek juga mengatakan lupa.

5.1.2 ADL (*Activity Daily Living*)**A. Sebelum diberikan latihan *Range Of Motion* (ROM)****a. Subjek pertama**

Berdasarkan score ADL dengan barthel indeks sebelum dilakukan latihan ROM aktif subjek mendapatkan skor sebesar 11 poin dengan kategori ketergantungan sedang

b. Subjek kedua

Berdasarkan score ADL dengan barthel indeks sebelum dilakukan latihan ROM aktif subjek mendapatkan skor sebesar 11 poin dengan kategori ketergantungan sedang

B. Sesudah diberikan latihan *Range Of Motion* (ROM)**a. Subjek pertama**

Berdasarkan score ADL dengan barthel indeks sesudah dilakukan latihan ROM aktif subjek mendapatkan skor sebesar 17 poin dengan kategori ketergantungan ringan.

b. Subjek kedua

Berdasarkan score ADL dengan barthel indeks sesudah dilakukan latihan ROM aktif subjek mendapatkan skor sebesar 13 poin dengan kategori ketergantungan ringan.

Pendidikan kesehatan dan latihan Rom dapat dilakukan pada penderita stroke dan efektif digunakan sebagai upaya peningkatan dalam kemampuan fungsional ADL dan mengurangi ketergantungan aktivitas sehari – hari pada penderita stroke.

5.2 Saran

5.2.1 Subjek

Pada penderita post stroke dapat menerapkan latihan ROM aktif sebagai salah satu tehnik nonfarmakologi dalam mengatasi ketergantungan dalam aktifitas sehari – hari atau ADL sehingga subjek dapat melakukan aktifitas sehari – hari tanpa harus ketergantungan pada orang lain atau keluarga.

5.2.2 Puskesmas

Melalui pihak menejemen di wilayah Kerja Puskesmas Kedungkandang Kota Malang diupayakan penerapan penyuluhan pendidikan dan pelatihan ROM aktif sebagai salah satu program untuk meminimallisir gejala sisa

strok pada penderita post strok yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungkandang. Selain itu pada Puskesmas Kedungkandang khususnya, bagi perawat bisa melatih penderita post strok untuk menguasai tehnik latihan ROM aktif secara benar.

5.2.3 Institusi keperawatan

Diharapkan bisa digunakan sebagai pengabdian masyarakatbekerja sama dengan mahasiswa yang sudah mendapatkan materi latihan ROM aktif untuk melakukan sosialisasi latihan ROM aktif yang bertujuan untuk meminimalisir tanda dan gejala sisa stroke.

5.2.4 Peneliti selanjutnya

1. Saat melakukan ROM aktif sarankan subjek mempersiapkan diri sampai menyatakan nyaman, kemudian baru dilakukan pelaksanaan latihan ROM aktif. Sehingga ROM aktif bisa dilakukan sesuai dengan alokasi waktu yang ditentukan.
2. Latihan ROM aktif hendaknya dilakukan dengan frekuensi 1 minggu 3 kali latihan dengan setiap gerakan latihan diulangi maksimal 5 kali.(lansia harus menguasai tehnik secara mandiri). Frekuensi ini menjadi dosis rujukan yang harus dipenuhi untuk mendapatkan hasil yang maksimal.
3. Peneliti juga dapat digunakan sebagai dasar penelitian selanjutnya untuk mengetahui perbedaan tehnik nonfarmakologi satu dengan yang lain untuk menurunkan gejala sisa stroke.