

BAB 7
SIMPULAN DAN SARAN

BAB 7

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan menjelaskan kesimpulan yang menjawab permasalahan penelitian yang telah dirumuskan pada pembahasan, kemudian disampaikan saran praktis yang berhubungan dengan masalah penelitian.

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan uraian pembahasan pada bab 5 dan 6 dapat disimpulkan tentang Perbedaan Latihan *Range Of Motion* (ROM) Pasif dan Aktif Terhadap Peningkatan Rentang Gerak Sendi Pada Penderita Stroke di Kecamatan Tanggul Kabupaten Jember, sebagai berikut:

1. Karakteristik penderita stroke di Kecamatan Tanggul Kabupaten Jember pada kurun waktu Agustus-September 2012 adalah homogen. Pada kategori usia sebagian besar berusia antara 41-60 tahun. Jenis kelamin di dominasi oleh laki laki. Sebagian besar sudah menderita stroke lebih dari 6 bulan atau sudah pada tahap kronis. Jenis pekerjaan yang dilakukan oleh penderita stroke bervariasi tapi yang paling banyak adalah ibu rumah tangga. Sebagian besar penderita stroke memiliki kebiasaan merokok dan minum kopi serta tidak mempunyai kebiasaan melakukan latihan gerak paska terkena stroke.
2. Rata-rata kemampuan rentang sendi gerakan fleksi maupun ekstensi sebelum dilakukan latihan ROM pasif dan aktif terjadi penurunan kemampuan melakukan rentang gerakan sendi.

3. Rata-rata kemampuan rentang sendi gerak fleksi maupun ekstensi sesudah dilakukan latihan ROM pasif dan aktif terjadi perubahan. Pada rentang sendi gerak fleksi terjadi peningkatan sudut rentang gerak. Sedangkan pada rentang sendi gerak ekstensi terjadi penyempitan sudut rentang gerak.
4. Ada perbedaan rentang sendi gerak fleksi maupun ekstensi pada latihan ROM pasif dan aktif. Rentang sendi gerak fleksi mengalami peningkatan atau naik mendekati kemampuan rentang gerak fleksi normal, sedangkan untuk rentang sendi gerak ekstensi mengalami penurunan mendekati kemampuan rentang gerak ekstensi normal, dibandingkan dengan latihan ROM aktif.

7.2 Saran

1. Bagi Perawat Komunitas

- 1) Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan untuk melakukan *home care* bagi pasien stroke.
- 2) Perawat komunitas dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang gaya hidup sehat agar terhindar dari stroke.
- 3) Perawat komunitas dapat memberikan informasi kepada keluarga tentang penanganan yang tepat pada pasien stroke agar tidak terjadi kontraktur.
- 4) Perawat komunitas dapat memberikan informasi dan pelatihan kepada keluarga tentang ROM pada penderita stroke.

2. Bagi Pasien, Keluarga dan Masyarakat

- 1) Pasien stroke diharapkan mau melakukan ROM secara rutin mandiri maupun dibantu.

2) Masyarakat atau Keluarga diharapkan terus memberikan dukungan dan motivasi agar pasien stroke dapat melakukan ROM secara rutin.

3. Bagi Instansi Pendidikan

Pengetahuan mengenai latihan ROM dapat dijadikan sebagai bahan ajar pada peserta didiknya.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian lanjutan perlu dilakukan untuk lebih menyempurnakan pembahasan dan penggunaan intervensi alternatif lain untuk meningkatkan rentang gerak sendi pada pasien stroke. Penelitian lanjutan dapat berupa penelitian Efektifitas latihan ROM terhadap peningkatan rentang gerak sendi dengan sampel yang lebih besar, frekuensi perlakuan dan rancangan penelitian yang berbeda.