

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini akan disajikan simpulan dari hasil dan pembahasan tentang penelitian yang telah peneliti lakukan untuk menjawab pertanyaan penelitian, serta saran-saran yang sesuai dengan simpulan yang diambil.

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian terdapat 35 responden pada bulan Mei 2026, didapatkan bahwa 34 responden mengalami peningkatan kekuatan ekstremitas bawah dan 1 responden tidak mengalami perubahan kekuatan otot ekstremitas bawah setelah diberikan latihan *Range Of Motion* (ROM) *Knee Flexion*. Peningkatan kekuatan otot tersebut diduga dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti jenis kelamin, usia, lama menderita stroke, dan riwayat serangan stroke. Selain itu, responden yang tidak mengalami peningkatan kekuatan otot diduga dipengaruhi oleh kondisi awal kekuatan otot yang sangat lemah sehingga proses pemulihan fungsi motoriknya lebih terbatas. Berdasarkan hasil uji statistik Wilcoxon Signed Rank Test diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 dimana hasil signifikansi kurang dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kekuatan otot ekstremitas bawah sebelum (pre-test) dan sesudah (post-test) diberikan latihan *Range Of Motion* (ROM) *Knee Flexion*. Dengan demikian, latihan *Range Of Motion* (ROM) *Knee Flexion* terbukti efektif dalam meningkatkan kekuatan otot ekstremitas bawah pada pasien post stroke.

## 5.2 Saran

Saran yang dapat diberikan oleh peneliti sebagai berikut :

### 5.2.1 Bagi Responden

Responden disarankan untuk melanjutkan latihan *Range of Motion* (ROM) pasif secara mandiri atau dengan bantuan keluarga di rumah sesuai kemampuan, khususnya pada ekstremitas bawah yang mengalami kelemahan. Latihan dilakukan 1x per hari dengan durasi  $\pm 10$  menit untuk mempertahankan fleksibilitas sendi dan mencegah kekakuan otot. Keluarga atau caregiver diharapkan dapat membantu memastikan pelaksanaan gerakan sesuai prosedur dan aman. Responden dianjurkan untuk menghentikan latihan apabila muncul nyeri serta tetap melakukan kontrol rutin ke fasilitas pelayanan kesehatan.

### 5.2.2 Bagi Institusi Rumah Sakit

Pihak rumah sakit dapat mempertimbangkan penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) pasif sebagai salah satu intervensi keperawatan pada pasien post stroke untuk meningkatkan kekuatan otot ekstremitas bawah. Edukasi kepada keluarga pasien mengenai teknik pelaksanaan ROM yang benar dapat diberikan melalui leaflet, demonstrasi langsung atau edukasi terstruktur oleh perawat. Selain itu, perlu dilakukan penguatan kolaborasi antar tenaga kesehatan dalam program rehabilitasi serta pemantauan berkala terhadap perkembangan kekuatan otot pasien.

### 5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan diharapkan dapat memperkuat pembelajaran praktik keperawatan rehabilitatif, khususnya latihan *Range of Motion* (ROM) pada pasien

post stroke melalui peningkatan keterampilan mahasiswa di laboratorium (skill lab) dan simulasi klinik. Penguatan evaluasi kompetensi melalui praktik langsung juga diperlukan agar mahasiswa lebih kompeten dalam melakukan ROM pasif. Selain itu, institusi dapat mendorong penelitian lanjutan terkait intervensi ROM berbasis evidence based nursing serta memperkuat kerja sama dengan lahan praktik klinik.

#### **1.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Peneliti selanjutnya disarankan untuk menerapkan latihan *Range of Motion* (ROM) pasif *Knee Flexion* secara konsisten sesuai jadwal intervensi dan memperhatikan keseragaman terapi rehabilitasi pendamping agar efektivitas intervensi dapat diamati secara lebih optimal seperti stimulasi saraf listrik transkutan (TENS) yang diberikan pada pasien stroke di RSUD Sumberglagah sebelum intervensi *ROM Knee Flexion*. Selain itu, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengendalikan atau menganalisis faktor-faktor lain yang berpotensi memengaruhi kekuatan otot, seperti status nutrisi, tingkat aktivitas fisik, dan pekerjaan responden karena dapat menjadi variabel perancu yang memengaruhi hasil penelitian.