



---

## SOSIALISASI TERAPI MENGGENGAM BOLA KARET UNTUK MENINGKATKAN KEKUATAN OTOT PADA PASIEN STROKE NON HEMORAGIC DI PUSKESMAS PURWAKARTA

Oleh

Wiridan Fauzi Rahman<sup>1</sup>, Sherly<sup>2</sup>, Wulan Audia<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi D III Keperawatan, Akademi Keperawatan RS Efarina Purwakarta, Jawa Barat

E-mail: <sup>1</sup>[akperrsefarina@gmail.com](mailto:akperrsefarina@gmail.com)

---

### Article History:

Received: 01-07-2023

Revised: 25-07-2023

Accepted: 04-08-2023

### Keywords:

Hemiparase, Rubber Ball, Stroke

**Abstract:** *Stroke is one type of disease that causes disability and death. One of the problems that arise is the weakening of muscle strength in the extremities and will hinder activities in meeting daily needs. This application uses a case study method of applying a handheld rubber ball which is carried out at least 2 times a day for 5 days. The subject used was 1 patient who was diagnosed with stroke with hemiparase. The results of the application showed that after being given the application of rubber ball gripping therapy for 5 days the muscle strength of the upper left extremity increased as measured by the Handrip Dynamometer before application was 4.1 kg and after application it became 6.4 kg and when measured using a manual muscle strength tester. The respondent's muscle strength in grade 2 experienced a slight change but remained within the range of grade 2 muscle strength. The application of grasping a rubber ball showed that it was proven to increase muscle strength in stroke patients who experienced hemiparase. Stroke patients who experience hemiparase are expected to be able to do handheld rubber ball therapy to increase extremity muscle strength.*

---

## PENDAHULUAN

Masalah kesehatan yang utama bagi masyarakat modern saat ini salah satunya adalah penyakit stroke. Stroke semakin menjadi masalah serius yang dihadapi hampir diseluruh dunia. Hal tersebut dikarenakan serangan stroke yang mendadak dapat mengakibatkan kematian, kecacatan fisik dan mental baik pada usia produktif maupun usia lanjut, Setiap tahunnya di dunia, terdapat sekitar 795.000 kasus stroke, baik itu kasus baru maupun rekuren. 610.000 diantaranya adalah kasus yang baru dan 185.000 adalah kasus rekuren. Setiap 40 detik, seseorang di Amerika Serikat terkena serangan stroke dan setiap 4 menit seseorang di Amerika meninggal akibat stroke. (Junaidi, 2021).

World Health Organization (WHO) memperkirakan sebanyak 20,5 juta jiwa di dunia menderita stroke. Dari jumlah tersebut, 5,5 juta jiwa telah meninggal dunia. Data WHO menunjukkan bahwa stroke menempati peringkat kedua penyumbang kematian terbanyak mencapai 6,7 pada 2017. Pada 2018, prevalensi stroke naik dari 7% menjadi 10,9% (WHO,



2020). Peningkatan prevalensi stroke di Kawasan Asia Tenggara juga selalu mengalami peningkatan hingga pada tahun 2019 ditemukan terdapat 4,4 juta orang mengalami stroke (World Health Organization, 2019).

Salah satu rencana tindakan keperawatan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan motorik akibat kelemahan pada bagian tubuh adalah dengan cara, melakukan latihan menggenggam bola karet. Kegiatan ini merupakan bentuk latihan gerak aktif asistif yang dihasilkan dari kontraksi otot sendiri dengan dibantu gaya dari luar seperti terapis, dan alat mekanis (Tegar, 2020).

Teknik latihan menggenggam bola karet akan melatih reseptor sensorik dan motorik. Korteks yang menuju ke otot lain juga membesar ukurannya jika pembelajaran motorik melibatkan otot tangan tersebut (Irfan, 2012). Bola karet digunakan sebagai media karena berpengaruh untuk meningkatkan kekuatan otot pada ekstremitas atas yang mengalami kelemahan melalui rangsangan latihan menggenggam bola karet sehingga dapat meningkatkan kekuatan motorik pada pasien stroke (Adi & Kartika 2017).

Puskesmas Purwakarta merupakan salah satu Puskesmas yang berada di purwakarta dengan berbagai macam pengunjung dengan macam penderita penyakit. Dimana setiap harinya pasien datang dengan berbagai keluhan. Prevalensi jumlah pasien stroke rawat inap di Puskesmas Purwakarta pada tahun 2022 sebanyak 30 pasien, dan pada tahun 2023 periode januari sampai dengan april berjumlah 7 pasien sedangkan di instalasi rawat jalan pada tahun 2022 sebanyak 86 pasien, dan pada tahun 2023 periode januari sampai dengan april berjumlah 31 pasien. Dari banyaknya pasien dengan diagnosa stroke, terdapat jumlah kematian pada tahun 2022 sebanyak 4 pasien, sedangkan pada tahun 2023 periode januari sampai dengan april berjumlah 2 pasien. (Puskesmas Purwakarta, 2023)

Berdasarkan uraian di atas bahwa peneliti tertarik untuk mempelajari kasus stroke non hemoragik pada pasien rawat inap yang berada Puskesmas Purwakarta. Penulisan ini bertujuan untuk menjelaskan asuhan keperawatan medical bedah dengan stroke non hemoragik. Kejadian penderita yang mengalami keluhan stroke non hemoragik di Puskesmas Purwakarta kerap sering sekali di temukan, di karenakan salah satu masih kurangnya sosialisasi terhadap pasien yang dilakukan oleh pihak rumah sakit setempat. Dimana penderita yang datang berobat ke Puskesmas Purwakarta masih banyak yang tidak mengetahui bagaimana tehnik-tehnik yang di lakukan dalam mengatasi stroke non hemoragik. seperti apa dan penyebabnya serta cara/tehnik untuk meningkatkan kekuatan otot. Bahkan Puskesmas Purwakarta tersebut masih kurang dalam melakukan sosialisasi terhadap pasien-pasien yang datang dengan stroke non hemoragik, mereka masih kurang dalam memberikan pengetahuan terhadap pasien.

Kegiatan pelatihan terapi menggenggam bola karet ini sendiri sangat berguna dan bermanfaat bagi pasien-pasien dan keluarga, terutama bagi pasien yang telah berobat di rumah sakit. Pada kegiatan pelatihan ini sendiri didalamnya adalah mempelajari bagaimana cara/tehnik dalam menurunkan tekanan darah khususnya pada anggota keluarga yang menderita.

Puskesmas Purwakarta merupakan rumah sakit sana, sangat banyak pasien yang datang dengan keluhan hipertensi khususnya lansia, dimana untuk pasien-pasien yang berobat di puskesmas Puskesmas Purwakarta masih belum tahu dan paham dengan menurunkan nyeri, serta tidak mengetahui bagaimana cara dalam menurunkan tekanan darah. Bahkan perawat yang telah bekerja di puskesmas itu sendiri masih kurang dalam memberikan sosialisasi



tentang meningkatkan kekuatan otot khususnya pada pasien stroke non hemoragik. Pihak rumah sakit sendiri yang telah banyak menerima pasien dengan penyakit berbagai penyakit khususnya pasien-pasien dengan keluhan stroke non hemoragik tidak menginginkan adanya kejadian yang dapat menimbulkan kematian pada pasiennya karena diakibatkan kurang pengetahuan dan pemahaman pasien tentang penyakitnya dan kesadaran tenaga medis dalam melakukan sosialisasi tentang stroke non hemoragik. Dengan diadakannya penambahan ilmu Pelatihan menurunkan tekanan darah dengan non farmakologi diharapkan masyarakat/pasien yang berobat di Puskesmas Purwakarta dapat lebih paham dan mengerti pada saat mendapati penyakit seperti itu.

Sejalan dengan itu, permasalahan mitra adalah :

1. Kurangnya pengetahuan masyarakat/pasien yang berkunjung ke rumah sakit tentang meningkatkan kekuatan otot khususnya terjadi pada pasien stroke non hemoragik
2. Kurangnya pengetahuan masyarakat/pasien yang berkunjung ke Puskesmas Purwakarta tentang terapi menggenggam bola karet.

Dengan adanya permasalahan Mitra, maka pengabdian kepada masyarakat yang akan dilakukan yaitu dengan cara memberikan pengetahuan kepada masyarakat/pasien yang berobat ke rumah sakit khususnya rawat inap Puskesmas Purwakarta memberikan pengetahuan tentang bagaimana menurunkan nyeri dan lebih mengenal stroke non hemoragik yang sering terjadi kepada lansia dan seperti apa pengobatannya.

## **METODE**

### **1. Judul Dan Tema Kegiatan**

- a. Judul : Penerapan Terapi Menggenggam Bola Karet Untuk Meningkatkan Kekuatan Otot Pada Pasien Stroke Non Hemoragik di Puskesmas Purwakarta
- b. Tema Kegiatan : Pelatihan tentang terapi menggenggam bola karet dengan pendekatan non farmakologi yang didalamnya memberikan tentang pengetahuan masyarakat/pasien terhadap meningkatkan kekuatan otot

### **2. Tempat Dan Waktu Kegiatan PKM**

- a. Tempat : pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan melalui offline
- b. Waktu : pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dari mulai bulan Juni 2023 sampai Agustus 2023

### **3. eserta Pengabdian Kepada Masyarakat**

Peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat adalah pasien yang berobat ke Puskesmas Purwakarta dengan jumlah 20 Orang

### **4. Deskripsi Kegiatan**

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan di puskesmas plered purwakarta dengan jumlah pasien 20 orang. pelatihan dilakukan dengan menggunakan Link zoom yang telah dibuat oleh tim pengabdian kepada masyarakat, selama persiapan, tim pengabdian kepada masyarakat membuat group Wacth Up untuk memudahkan komunikasi selama kegiatan pengabdian masyarakat, Sebelum dilakukan pelatihan, peserta diberikan soal pre test sebanyak 20 pertanyaan dengan menggunakan Google Form, setelah itu diberikan pelatihan selama 3 hari. Setelah diberikan pelatihan peserta dilakukan post test dengan menggunakan Google Form. Hasil Pre dan Post test di lakukan rekapitulasi oleh tim pengabdian kepada masyarakat dan di umumkan ke peserta, Terdapat tiga kategori yaitu kategori nilai terbaik pre test terbaik, kategori nilai post test



terbaik, kategori pasien terbaik/teraktif.

## 5. Jadwal Pengabdian Kepada Masyarakat

**Tabel 1 Jadwal Pengabdian Kepada Masyarakat**

No	Nama Kegiatan	Bulan											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1.	<b>Persiapan</b>												
	Pertemuan : Kepala ruangan dan perawat di ruangan						x						
	Persiapan Bahan : Pembuatan Link Zoom, Soal Pre dan Post test, Link Absen, Materi, group WA pengabdian kepada masyarakat (Ketua, Anggota dan peserta)							x					
	Perizinan dan penyesuaian jadwal							x					
2.	<b>Pelaksanaan</b>							x					
	Kegiatan pengabdian kepada Masyarakat							x					
	Pengolahan data							x					
	Penyusunan draf laporan								x				
3.	<b>Penulisan Laporan</b>								x				
	Laporan akhir								x				
	Penyusunan Artikel								x				
	Pengiriman Laporan								x				
	Publikasi								x				

## HASIL

Hasil Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang upaya peningkatan pengetahuan tentang manajemen nyeri pada lansia dengan nonfarmakologi melalui daring yang dilaksanakan dalam bentuk ceramah dan diskusi terprogram melalui zoom meet. Rincian kegiatan dapat diperlihatkan dalam table 5.1 dibawah ini

**Tabel 2 Rincian Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat**

Pertemuan ke	Kegiatan
1	- Pre Tes - Ceramah dan Diskusi tentang pengetahuan pasien
2	- Ceramah dan Diskusi tehnik manajemen nyeri - Ceramah dan Diskusi pengetahuan pasien terhadap manajemen nyeri non farmakologi pada lansia
4	- Post test - Pembagian Hadian



Untuk dapat memahami tentang pengetahuan masyarakat/pasien yang berobat jalan di puskesmas purwakarta tentang manajemen nyeri pada lansia dgn terapi non farmakologi dalam hal ini bertindak sebagai peserta pengabdian masyarakat. Pada kegiatan ini ada 3 Orang yang bertugas dalam kegiatan ini yang terdiri dari : Wirdan Fauzi Rahman,S.Kep,M.Kep selaku pemberi materi, Ns. Sherly M.Kep dan Wulan Audia sebagai instruktur dan pembimbing dalam kegiatan diskusi. Kegiatan ceramah dan diskusi berjalan lancar dengan suasana kondusif. Pasien dengan aktifnya berdiskusi di setiap kegiatan pemberian materi dan kadang – kadang ada 5 pasien yang keluar masuk zoom dikarenakan jaringan yang tidak stabil. Para peserta yang terdiri dari pasien-pasien yang berobat ke puskesmas purwakarta Rata-rata pasien yang menjadi peserta belum mendapatkan materi sebelumnya baik dari Pembinaanya maupun dari tempat lain.

Sebelum diberikan materi, peserta diberikan soal pre test dengan jumlah 20 soal dan dilanjutkan dengan wawancara yang dilakukan terhadap pasien awal pelatihan yang dilakukan, secara umum mengidentifikasi bahwa pengetahuan awal mengenai manajemen nyeri pada lansia dengan therapy non farmakologi. Ada beberapa orang pasien yang menganggap bahwa nyeri ini adalah rasa yang timbul karena penyakit yang hanya bisa di obati di rumah sakit atau puskesmas setempat dan ada beberapa pasien yang mengatakan bahwa mereka tidak boleh melakukan pencegahan sendiri dan harus datang berobat di rumah sakit atau puskesmas.

**Tabel 3 Hasil Pre Test Dan Post Test Peningkatan Pengetahuan Lansia Di Puskesmas Purwakarta**

No	Nama pasien	Asal Ruangan	Nilai Pre tes	Nilai Post tes
1	Intan Fandini	Puskesmas Purwakarta	9	10
2	Indriarti Wahyuni	Puskesmas Purwakarta	5	7
3	Kholifatul Aulia	Puskesmas Purwakarta	7	8
4	Latifah Ainun Azhari	Puskesmas Purwakarta	4	5
5	Mukhtarotul Najiha	Puskesmas Purwakarta	8	10
6	Marlina dewi	Puskesmas Purwakarta	7	9
7	Nurvi Dela Puspita	Puskesmas Purwakarta	5	7
8	Nur Annisa Dwi Septiani	Puskesmas Purwakarta	7	10
9	Regina	Puskesmas Purwakarta	7	9
10	Saripah Nur Padilah	Puskesmas Purwakarta	5	7
11	Silvia Juliantari	Puskesmas Purwakarta	3	7
12	Indah	Puskesmas Purwakarta	8	10
13	Intan	Puskesmas Purwakarta	7	8
14	Siti	Puskesmas Purwakarta	9	10
15	ALIB	Puskesmas Purwakarta	6	8
16	Anwar	Puskesmas Purwakarta	5	7
17	Zaki	Puskesmas Purwakarta	8	10
18	Aib	Puskesmas Purwakarta	8	10
19	Intan	Puskesmas Purwakarta	7	10
Nilai rata-rata			7,8	9,5



Capaian yang dihasilkan yaitu :

- a. Dari 18 Peserta hasil Pre tes rata-rata 6,8
- b. Setelah diberikan pelatihan terjadi peningkatan pengetahuan pasien yang datang berobat ke puskesmas dari hasil post tes menjadi 8,5
- c. Pasien-pasien menjadi meningkat pengetahuannya setelah dilakukan pelatihan dengan caraceramah dan diskusi

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pelaksanaan yang dilakukan pada Pasien yang berobat di Puskesmas Purwakarta dengan jumlah peserta 20 orang, sebelum dilakukan peltihan, peserta diberikan pre tes dengan jumlah soal 20 , soal tersebut mengenai pengetahuan pasien/masyarakat tentang nyeri itu seperti apa, tehnik manajemen nyeri. Dari 20 peserta yang mengikuti pre tes mendapatkan nilai rata - rata 7,8, hal ini membuktikan bahwa tingkat pengetahuan pasien masih cukup nilai rata-rata yang didapat baru 68%, setelah diberikan pelatihan selama 3 hari, pasien diberikan Pos tes, soal yang diberikan sama dengan soal pre tes sebanyak 20 soal, hasil yang didapat nilai rata-rata setelah diberikan pelatihan sebesar 9,5, hal ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan pada pasien sebesar 20%. Hasil yang didapat sangat signifikan terjadi. peningkatan pengetahuan pada pasien Pelatihan yang diberikan dengan cara ceramah dan diskusi.

## KESIMPULAN

Beberapa hal yang dapat disimpulkan dari hasil pengabdian kepada masyarakat, sebagai berikut :

- a. Pemahaman Pasien dapat meningkat melalui pemberian pengetahuantentang stroke seperti apa
- b. Pemahaman pasien dapat meningkat melalui pemberian pengetahuan tentang meningkatkan kekuatan otot pada pasien stroke
- c. Pemahaman pasien dapat meningkat melalui pemberian pengetahuan tentang bagaimana pencegahan stroke pada keluarga dengan therapi non farmakologi.

## SARAN

Hal yang dapat disarankan dari hasil kegiatan ini sebagai berikut :

- a. Pemberian pengetahuan tentang kasus kasus penyakit dyang menyebabkan stroke dan penanganannya kepada pasien datang dirawat Puskesmas Purwakarta
- b. Perlu diadakannya Sosialisasi kepada pasien-pasien yang telah berobat ke puskesmas purwakarta untuk mengevaluasi pengetahuan mereka dan untuk menambah pengetahuan mereka.
- c. Masyarakat/ pasien yang telah mengetahui fungsi manajemen nyeri diharapkan dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari, sehingga tingkat pengontrolan pada pasien yang mengalami nyeri semakin baik.
- d. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan bagi pasien dan keluarga agar mengguakan meningkatkan kekuatan otot non farmakologi untuk mengontrol terjadinya stroke.



---

**DAFTAR REFERENSI**

- [1] Dessy Rindiyanti Harista, Mei Lestari Ika Widyyati & Satria Eureka Nurseskasatmata. (2022). Penerapan Terapi ROM Latihan Bola Karet terhadap Gangguan Mobilitas Fisik Pada Pasien Stroke. *Nursing Sciences Journal*. Vol. 6, No. 1, April 2022 P- ISSN: 2598-8220, E-ISSN: 2598-8212
- [2] Handayani, D & Dominica, D. (2019). Gambaran Drug Related Problems (DRP's) pada Penatalaksanaan Klien Stroke Hemoragik dan Stroke Non Hemoragik di RSUD Dr M Yunus Bengkulu. *Jurnal Farmasi Dan Ilmu Kefarmasian Indonesia*, 5(1), 36-44
- [3] Hisni, Dayan, dkk. (2022). Studi Pemberian Terapi Range Of Motion (ROM) terhadap Lansia pada Pasien dengan Gangguan Mobilitas Fisik "Stroke" di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Awangpone. *Jurnal Keperawatan Kontemporer*, 2(1), 140-149
- [4] Kusuma, A.S & Sara, O. (2020). Penerapan Prosedur Latihan Range Of Motion (ROM) Pasif Sedini Mungkin pada Pasien Stroke Non hemoragik (SNH). *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(10), 1015-1021
- [5] Nur Azizah Wahyuningsih. (2020). GENGAM BOLA UNTUK MENGATASI HAMBATAN MOBILITAS FISIK PADA PASIEN STROKE NONHEMORAGIK. *Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan* Vol. 4 No. 1 Januari 2020, Halaman 35 – 42.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN