

ABSTRAK

Stroke mengakibatkan kecacatan pada sistem motorik yang berdampak pada penurunan kekuatan otot, sehingga memerlukan rehabilitasi yang tepat untuk meningkatkan kekuatan otot penderita *post* stroke. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh kombinasi terapi genggam bola karet dengan *heel raise exercise* terhadap kekuatan otot pada penderita *post* stroke iskemik.

Desain penelitian ini *Pre Exsperimental* dengan rancangan *One-group pre test and post test design*. Populasi penelitian ini sebanyak 32 penderita *post* stroke iskemik. Besar sampel yaitu 30 penderita. Dalam penelitian variabel independen adalah terapi genggam bola karet dengan *heel raise exercise* dan variabel dependen adalah kekuatan otot. Instrumen yang digunakan berupa alat ukur skala kekuatan otot (*MMT*), SOP Genggam bola karet dengan *heel raise exercise* dan video edukasi. Analisa data ini menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*, dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0.05$.

Hasil penelitian didapatkan kekuatan otot sebelum diberikan kombinasi terapi genggam bola karet dengan *heel raise exercise* sebagian besar (83.3%) dengan kontraksi otot skala 3 (gerakan penuh melawan gravitasi) sedangkan kekuatan otot setelah diberikan terapi meningkat menjadi (83.3%) dengan kontraksi otot yang baik skala 4 (gerakan penuh segmen melawan gravitasi dan restensi / tahanan sedang). Hasil Uji *Wilcoxon* didapatkan signifikansi $p = 0.000 < \alpha = 0.05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima.

Kombinasi terapi genggam bola karet dengan *heel raise exercise* berpengaruh terhadap peningkatan kekuatan otot penderita *post* stroke iskemik. Oleh karena itu perawat diharapkan mampu memberikan edukasi pada keluarga maupun penderita *post* stroke iskemik mengenai pentingnya rehabilitasi *post* stroke.

Kata Kunci: Stroke Iskemik, Kombinasi Terapi Genggam Bola Karet Dengan *Heel Raise Exercise*, Kekuatan Otot