

BAB VII

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pengaruh kombinasi terapi *resistance band exercise* dan *ball grip* terhadap kekuatan otot ekstremitas atas pada pasien pasca stroke, maka dibuat kesimpulan sebagai berikut:

1. Rata-rata usia partisipan pada kelompok intervensi 52 tahun, sebagian besar berjenis kelamin perempuan dan sebagian besar memiliki riwayat keluarga dengan penyakit stroke. Rata-rata usia partisipan pada kelompok kontrol 53 tahun, sebagian besar berjenis kelamin perempuan dan sebagian memiliki riwayat keluarga dengan penyakit stroke.
2. Rata-rata skor kekuatan otot kelompok intervensi sebelum diberikan *Resistance Band Exercise* dan *Ball Grip* adalah 9.989 dan sesudah di berikan terapi *Resistance Band Exercise* dan *Ball Grip* 14.772
3. Rata-rata skor kekuatan otot kelompok kontrol sebelum diberikan *Range Of Motion* adalah 10.100 dan sesudah di berikan terapi diberikan *Range Of Motion* 11.156.
4. Terdapat perbedaan signifikan skor kekuatan otot ekstremitas atas sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi dan kontrol diperoleh nilai $p = 0,000$.
5. Ada pengaruh signifikan di saat pemberian terapi *Resistance Band Exercise* dan *Ball Grip* terhadap kekuatan otot ekstremitas atas pada pasien pasca stroke di RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu tahun 2026 dengan nilai $p\text{ value} = 0.000$.

B. Saran

1. Bagi Pasien Pasca Stroke

Hasil dari penelitian ini pasien pasca stroke disarankan untuk melakukan latihan kombinasi *resistance band exercise* dan *ball grip* secara rutin dan sesuai anjuran tenaga kesehatan untuk membantu meningkatkan kekuatan otot, khususnya pada ekstremitas atas.

2. Bagi Pelayanan Kesehatan RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu

Hasil dari penelitian ini disarankan pada pihak RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu untuk melanjutkan dan menerapkan kombinasi terapi *resistance band exercise* dan *ball grip* sebagai salah satu intervensi nonfarmakologi dalam meningkatkan kekuatan otot ekstremitas atas pada pasien pasca stroke, khususnya yang menjalani kontrol di poli saraf.

3. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini disarankan untuk menjadikan hasil penelitian ini sebagai tambahan referensi dalam proses pembelajaran dan pengembangan ilmu keperawatan, khususnya mengenai intervensi nonfarmakologi *resistance band exercise* dan *ball grip* pada pasien pasca stroke.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar, waktu intervensi yang lebih lama, serta menambahkan variabel lain yang dapat memengaruhi peningkatan kekuatan otot ekstremitas atas pada pasien pasca stroke.