

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai penerapan intervensi keperawatan pada pasien stroke non hemoragik dengan gangguan keseimbangan di Ruang Poliklinik Syaraf RSUD Dr. M. Yunus Kota Bengkulu Tahun 2026, maka penulis dapat menyimpulkan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil pengkajian keperawatan, kedua partisipan mengalami gangguan keseimbangan yang disebabkan oleh kondisi pasca stroke. Gangguan tersebut dikaji dengan menggunakan *Berg Balance Score* (BBS). Tn. A memperoleh skor *Berg Balance Scale* (BBS) sebesar 35 yang termasuk dalam kategori risiko jatuh sedang. Tn. A mengalami kelemahan pada ekstremitas kanan dengan kekuatan otot ekstremitas atas kanan 3 dan ekstremitas bawah kanan 3. Sedangkan Tn. T memperoleh skor BBS sebesar 40 yang juga termasuk dalam kategori risiko jatuh sedang. Tn. T mengalami kelemahan yang lebih ringan dengan kekuatan otot ekstremitas atas kiri 4 dan ekstremitas bawah kiri 4 kesulitan duduk lalu berdiri, mempertahankan postur tubuh saat berdiri. Pada kedua partisipan memiliki rentang umur yang berbeda di mana pada Tn. T berumur 53 tahun (Dewasa Tua) dan Tn. A berumur 64 (Lansia) tahun. Perbedaan kondisi tersebut menunjukkan adanya variasi tingkat gangguan keseimbangan pada masing-masing responden yang dapat dipengaruhi oleh tingkat keparahan kerusakan neurologis, kekuatan otot, serta kemampuan fungsional pasca stroke.
2. Diagnosa keperawatan yang ditegakkan pada kedua partisipan adalah risiko jatuh dibuktikan dengan faktor resiko kekuatan otot menurun dan gangguan keseimbangan. Penegakan diagnosis tersebut didasarkan pada hasil pengkajian yang menunjukkan adanya tanda dan gejala mayor pada kedua partisipan, seperti kesulitan mempertahankan posisi tubuh saat berjalan, perasaan takut jatuh ketika berpindah posisi, kelemahan pada tungkai, gangguan keseimbangan saat berdiri maupun berjalan, serta

penggunaan pegangan atau alat bantu untuk mempertahankan stabilitas tubuh. Selain itu, ditemukan pula beberapa tanda dan gejala minor, di antaranya mudah lelah saat beraktivitas, penurunan tonus otot ekstremitas bawah, pergerakan yang lambat dan hati-hati, serta berkurangnya refleks protektif saat kehilangan keseimbangan. Berdasarkan data tersebut, kedua partisipan memenuhi kriteria diagnosis keperawatan risiko jatuh.

3. Intervensi keperawatan yang diterapkan pada kedua partisipan adalah terapi *Bridging Exercise* sebagai upaya untuk meningkatkan keseimbangan tubuh dan menurunkan risiko jatuh pada pasien pasca stroke. Intervensi dilakukan selama 5 hari berturut-turut dengan frekuensi 1 sesi latihan setiap hari. Setiap sesi latihan terdiri atas 8 repetisi gerakan *Bridging exercise* yang dilakukan sesuai prosedur standar dengan memperhatikan kondisi dan kemampuan masing-masing partisipan. Penerapan terapi ini bertujuan untuk meningkatkan kekuatan otot, stabilitas batang tubuh, kontrol postural, serta kemampuan mobilisasi sehingga keseimbangan fungsional pasien dapat mengalami perbaikan dan risiko jatuh dapat diminimalkan.
4. Gambaran tingkat risiko jatuh pada kedua partisipan sebelum diberikan intervensi *Bridging Exercise* dinilai menggunakan *Berg Balance Scale* (BBS). Hasil penilaian menunjukkan bahwa Tn. A memperoleh skor BBS 35 dan Tn. T memperoleh score BBS 40 kedua partisipan tersebut masuk dalam kategori resiko jatuh rendah. Kondisi ini menunjukkan bahwa kedua partisipan memerlukan intervensi untuk meningkatkan keseimbangan dan kemampuan mobilisasi guna mengurangi risiko terjadinya jatuh.
5. Gambaran kemampuan menelan pada kedua responden setelah dilakukan dilakukan intervensi *Bridging Exercise* menunjukkan adanya peningkatan kemampuan Keseimbangan, yaitu pada Tn. A meningkat dari 35 menjadi 40 dan Tn.T dari 41 menjadi 52, yang menunjukkan perubahan dari kategori resiko jatuh sedang menjadi resiko Jatuh Rendah, sehingga masing masing mengalami kenaikan sebesar 6 poin dan 12 poin.

B. Saran

1. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan fasilitas pelayanan kesehatan dapat menerapkan terapi *Bridging Exercise* sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis dalam upaya meningkatkan keseimbangan dan menurunkan risiko jatuh pada pasien pasca stroke. Selain itu, diperlukan penyusunan dan penerapan Standar Operasional Prosedur (SOP) terkait pelaksanaan *Bridging Exercise* agar intervensi dapat dilakukan secara aman, terstruktur, efektif, dan berkesinambungan. Dengan adanya SOP yang jelas, tenaga kesehatan diharapkan mampu memberikan asuhan keperawatan yang optimal dalam mendukung proses rehabilitasi dan peningkatan kemampuan fungsional pasien pasca stroke

2. Bagi Masyarakat

Diharapkan pasien pasca stroke beserta keluarga dapat memanfaatkan terapi *Bridging Exercise* sebagai salah satu latihan yang aman dan mudah dilakukan untuk membantu meningkatkan keseimbangan tubuh, kekuatan otot, serta menurunkan risiko jatuh. Keluarga juga diharapkan berperan aktif dalam memberikan motivasi, pendampingan, dan bantuan selama pelaksanaan latihan sehingga terapi dapat dilakukan secara teratur dan berkelanjutan sesuai dengan anjuran tenaga kesehatan. Dengan dukungan keluarga yang optimal, diharapkan proses rehabilitasi dan pemulihan kemampuan fungsional pasien pasca stroke dapat berlangsung lebih efektif.

3. Bagi Perkembangan IPTEK Keperawatan

Diharapkan hasil studi kasus ini dapat menjadi sumber informasi dan referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan serta praktik keperawatan, khususnya terkait penerapan terapi *Bridging Exercise* pada pasien pasca stroke yang mengalami gangguan keseimbangan dan risiko jatuh. Selain itu, hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengembangan penelitian selanjutnya serta mendukung penerapan praktik keperawatan berbasis bukti (*evidence-based nursing practice*) dalam upaya

meningkatkan keseimbangan, kemampuan fungsional, dan kualitas hidup pasien pasca stroke.

4. Bagi Penulis

Diharapkan studi kasus ini dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman penulis dalam memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif pada pasien pasca stroke yang mengalami gangguan keseimbangan dan risiko jatuh. Selain itu, studi kasus ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman penulis mengenai penerapan terapi *Bridging Exercise* sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis untuk meningkatkan keseimbangan, kekuatan otot, dan kemampuan mobilisasi pasien. Pengalaman yang diperoleh selama pelaksanaan studi kasus ini juga diharapkan dapat mendukung pengembangan kompetensi profesional keperawatan dalam memberikan asuhan keperawatan yang berkualitas dan berbasis bukti di masa mendatang.

