

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN *BRIDGING EXERCISE* TERHADAP RESIKO
JATUH PADA PASIEN PASCA STROKE DI POLI
SYARAF RSUD Dr. M. YUNUS BENGKULU
TAHUN 2026**



DISUSUN OLEH :

DZAKY AFLAH SAID
NIM P01720123016

**KEMENTRIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI
DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
TAHUN 2025/2026**

HALAMAN JUDUL
KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN *BRIDGING EXERCISE* TERHADAP RESIKO
JATUH PADA PASIEN PASCA STROKE DI POLI
SYARAF RSUD Dr. M. YUNUS BENGKULU
TAHUN 2026**

**Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan Program
Pendidikan Diploma Tiga Keperawatan pada Prodi DIII
Keperawatan Bengkulu Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu**



DISUSUN OLEH :
DZAKY AFLAH SAID
NIM P01720123016

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI
DIPLOMA III KEPERAWATAN BENGKULU
TAHUN 2025/2026**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Dzaky Aflah Said

NIM : P01720123016

Judul : Penerapan *Bridging Exercise* Terhadap Resiko Jatuh Pada Pasien
Pasca Stroke Di Poli Syaraf RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu Tahun
2026

Saya menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya saya sendiri dan isinya tidak mengandung karya orang lain yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik. Sepanjang pengetahuan saya, tidak ada bagian dalam karya ini yang diambil dari karya atau pendapat orang lain, kecuali yang telah disebutkan secara tertulis dalam naskah dan dicantumkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini dan apabila kelak dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 23 Juni 2026

Yang menyatakan



Dzaky Aflah Said

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN *BRIDGING EXERCISE* TERHADAP RESIKO
JATUH PADA PASIEN PASCA STROKE DI POLI
SYARAF RSUD Dr. M. YUNUS BENGKULU
TAHUN 2026**

Disiapkan dan dipresentasikan oleh:

DZAKY AFLAH SAID
NIM P01720123016

Karya Tulis Ilmiah ini telah diperiksa dan disetujui untuk dipresentasikan
dihadapan tim penguji Program Studi Diploma III Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Pada Tanggal 23 Juni 2026

Oleh:

Pembimbing Karya Tulis Ilmiah



Widia Lestari, S.Kep., M.Sc.
NIP 198106052005012004

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN BRIDGING EXERCISE TERHADAP RESIKO
JATUH PADA PASIEN PASCA STROKE DI POLI
SYARAF RSUD Dr. M. YUNUS
BENGKULU 2026

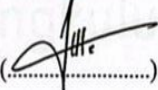
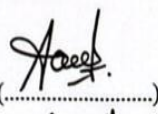
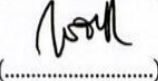
Disusun oleh:

DZAKY AFLAH SAID
NIM P01720123016

Karya Tulis Ilmiah ini telah diuji dan dipertahankan dihadapan tim penguji
dan diterima sebagai persyaratan untuk memperoleh gelar Ahli Madya
Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Pada Tanggal 2 Juli 2026

Tim Penguji :

Ketua Dewan Penguji :	Erni Buston, SST., M.Kes NIP. 198707072010122003	()
Penguji 1 :	Ns. Anditha Ratnadiyahani, M.Kep., Sp. Kep.MB NIP. 198406152008042003	()
Penguji 2 :	Widia Lestari, S.Kep., M.Sc NIP 198106052005012004	()

Mengetahui

Ketua Prodi DIII Keperawatan



Ns. Rahma Annisa, S.Kep., M.Kep
NIP 198503232010122002

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti sampaikan kepada Tuhan Yang Maha Esa, yang telah melimpahkan rahmat dan berkah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Penerapan *Bridging Exercise* Terhadap Resiko Jatuh Pada Pasien Pasca Stroke Di Poli Syaraf RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu Tahun 2026”. Peneliti menyadari bahwa penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Ibu Linda, SST., M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu yang memberikan kesempatan pada penulis untuk mengikuti pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu.
2. Ibu Ns. Erni Buston, SST., M.Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu
3. Ibu Ns. Rahma Annisa, M.Kep selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu
4. Ibu Widia Lestari, S.Kep, M.Sc selaku dosen pembimbing saya yang telah menginsiprasi dan banyak meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran kepada penulis dalam menyusun proposal Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Erni Buston, SST., M.Kes selaku ketua dewan penguji
6. Ibu Ns. Anditha Ratnadhiyani, M.Kep, Sp.Kep, MB selaku penguji 1
7. Seluruh tenaga pendidik dan tenaga kependidikan Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
8. Pasien kelolaan dan keluarga yang telah mengizinkan peneliti untuk menjadikan pasien kelolaan Karya Tulis Ilmiah.

Semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi semua pihak, serta dapat membawa perubahan positif terutama bagi semua pembaca.

Bengkulu, 23 Juni 2026



Dzaky Aflah Said



Kemenkes
Poliptek Bengkulu

The Application of Bridging Exercises to Address Fall Risk in Post-Stroke Patients at the Neurology Clinic of Dr. M. Yunus Regional General Hospital, Bengkulu 2026

***Dzaky Aflah Said,** Widia Lestari**

* Department of Nursing, Health Polytechnic of the Ministry of Health, Bengkulu

Email : dzakyaflah32@gmail.com

ABSTRAK

Background: Stroke is one of the leading causes of neurological disorders that can result in muscle weakness, impaired balance, and an increased risk of falls in post-stroke patients. A high risk of falls may lead to injuries, disabilities, decreased functional abilities, and hinder the rehabilitation process. One non-pharmacological intervention that can be used to improve balance and reduce the risk of falls is the *Bridging Exercise*. This case study aimed to describe the implementation of *Bridging Exercise* in reducing fall risk among post-stroke patients at the Neurology Outpatient Clinic of Dr. M. Yunus Regional General Hospital, Bengkulu, in 2026.

Methods: This descriptive case study involved two post-stroke patients who were at risk of falls. Fall risk was assessed using the *Berg Balance Scale* (BBS). The intervention consisted of *Bridging Exercise* performed for five consecutive days, with one session per day, eight repetitions per session, and a duration of approximately 30 minutes.

Results: Prior to the intervention, the BBS scores of Mr. A and Mr. R were 35 and 40, respectively, indicating a moderate risk of falls. After five days of *Bridging Exercise*, the BBS score increased to 41 for Mr. A and 52 for Mr. R. The improvement in BBS scores indicated enhanced balance and a reduced risk of falls in both patients.

Conclusion: The implementation of *Bridging Exercise* improved body balance and reduced the risk of falls in post-stroke patients. Therefore, this intervention may be considered a non-pharmacological nursing therapy within post-stroke rehabilitation programs.

Keywords: post-stroke, fall risk, balance, *Bridging Exercise*, *Berg Balance Scale*.

**PENERAPAN BRIDGING EXERCISE TERHADAP RESIKO JATUH PADA
PASIEN PASCA STROKE DI POLI SYARAF RSUD
Dr. M. YUNUS BENGKULU 2026**

***Dzaky Aflah Said,** Widia Lestari**

* Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Email : dzakyaflah32@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Stroke merupakan salah satu penyebab utama gangguan neurologis yang dapat menyebabkan kelemahan otot, gangguan keseimbangan, dan peningkatan risiko jatuh pada pasien pasca stroke. Risiko jatuh yang tinggi dapat mengakibatkan cedera, kecacatan, penurunan kemampuan fungsional, serta menghambat proses rehabilitasi. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat diberikan untuk meningkatkan keseimbangan dan menurunkan risiko jatuh adalah *Bridging Exercise*. Tujuan studi kasus ini adalah mengetahui gambaran penerapan *Bridging Exercise* terhadap risiko jatuh pada pasien pasca stroke di Poli Saraf RSUD Dr. M. Yunus Bengkulu Tahun 2026.

Metode: Studi kasus deskriptif dilakukan pada dua pasien pasca stroke yang mengalami risiko jatuh. Tingkat risiko jatuh diukur menggunakan instrumen *Berg Balance Scale* (BBS). Intervensi berupa *Bridging Exercise* diberikan selama 5 hari berturut-turut dengan frekuensi satu sesi per hari, 8 repetisi setiap sesi, dan durasi 30 menit.

Hasil: Sebelum intervensi, skor BBS Tn. A sebesar 35 dan Tn. R sebesar 40 yang termasuk kategori risiko jatuh sedang. Setelah pemberian *Bridging Exercise* selama 5 hari, skor BBS Tn. A meningkat menjadi 41 dan Tn. R menjadi 52. Peningkatan skor tersebut menunjukkan perbaikan keseimbangan tubuh dan penurunan tingkat risiko jatuh pada kedua pasien.

Kesimpulan: Penerapan *Bridging Exercise* dapat meningkatkan keseimbangan tubuh dan menurunkan risiko jatuh pada pasien pasca stroke. Intervensi ini dapat digunakan sebagai salah satu terapi keperawatan nonfarmakologis dalam program rehabilitasi pasien pasca stroke.

Kata kunci: pasca stroke, risiko jatuh, keseimbangan, *Bridging Exercise*, *Berg Balance Scale*.

MOTO

“Teruslah hidup, Teruslah melangkah”

(Dzaky Aflah Said)

“Maka sesungguhnya sesudah kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari satu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain). Dan hanya kepada Allah SWT lah engkau berharap”

(QS. Al-Insyirah, 6-8)

“Boleh jadi kamu tidak menyukai sesuatu, padahal itu baik bagimu, dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu tidak baik bagimu. Allah mengetahui, sedangkan kamu tidak mengetahui”

(QS. Al-Baqarah 216)



PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'alamin, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan KTI ini dengan baik. Sholawat serta salam saya sampaikan kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan seluruh umatnya hingga akhir zaman.

Dengan penuh rasa syukur, karya ini penulis persembahkan kepada :

1. Pemilik mutlak seluruh zat dan alam semesta, yang menguasai, mengatur, dan berkuasa atas segala sesuatu. Allah SWT, Sang Maha Pemilik Arah. Terima kasih telah menjadi rumah tempatku pulang saat dunia terasa begitu kabur dan bising. Terimakasih telah menjaga waras dan langkahku, bahkan di saat penulis hampir lupa alasan untuk tetap hidup.
2. Kedua orang tua tercintaku, yaitu ayah dan ibu, yang selalu menjadi alasan terbesar penulis untuk terus berjuang. Terimakasih atas segala doa, cinta dan kasih sayang, pengorbanan yang luar biasa, dan kerja keras yang telah diberikan kepada penulis sampai berada di tahap ini. Ayah dan Ibu mungkin tidak memiliki kesempatan untuk merasakan pendidikan di bangku perkuliahan, tetapi Ayah dan Ibu tidak pernah berhenti berjuang agar penulis dapat memperoleh Pendidikan yang lebih baik. Tidak ada kata yang cukup untuk menggambarkan betapa berharganya Ayah dan Ibu dalam hidup penulis. Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan kalian, melimpahkan rahmad-Nya, menganugraahkan umur Panjang yang penuh keberkahan, kesehatan yang selalu terjaga, serta kebahagiaan di dunia dan akhirat.
3. Yang di rindu sosok adik tercinta, yang telah lebih dulu berpulang. Namamu mungkin tidak lagi dapat kutulis bersamaku dalam setiap perjalanan, tetapi kenangan tentangmu akan selalu menjadi bagian dari penulis. Andai waktu mengizinkan, mungkin aku ingin melihatmu tersenyum dan berkata bahwa penulis berhasil sampai di titik ini. Namun, penulis percaya dari tempat terbaikmu, doa untukmu akan selalu sampai. Terimakasih telah hadir dan menjadi bagian indah dalam hidup penulis, semoga Allah SWT menempatkanmu di tempat terbaiknya di sisi-Nya.

4. Nenek yang hari ini masih menjadi bagian dari menemani perjalanan penulis terimakasih atas doa, kasih sayang dan segala dukungan yang tidak pernah berhenti. Untuk Datuk yang telah lebih dahulu berpulang terimakasih atas segala kebaikan, kasih sayang, dan perjuangan yang telah datuk berikan dalam perjalanan hidup penulis.
5. Ibu Widia Lestari, S.Kep, M.Sc, terima kasih yang tulus saya sampaikan kepada dosen pembimbing saya, Terima kasih telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran, seta dengan sabar mengarahkan saya dari awal hingga selesainya Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan kesehatan, keberkahan, dan membalas setiap kebaikan Ibu.
6. Tirta Pirmansyah, Erikson Aldy, Jenny Fransisca, Muhammad Rian Fitra, Elvia Pransiska Putri terima kasih karena selalu hadir dalam setiap cerita, tawa, tangis, dan perjuangan yang telah kita lewati bersama. Terima kasih telah menjadi tempat berbagi keluh kesah, saling menguatkan ketika lelah, saling mengingatkan ketika mulai menyerah, dan selalu percaya bahwa kita mampu melewati setiap proses hingga titik ini. Kehadiran kalian menjadikan perjalanan menempuh pendidikan terasa lebih ringan dan penuh warna. Semoga persahabatan yang telah kita bangun tidak pernah lekang oleh waktu, meskipun suatu saat nanti kita melangkah ke jalan kehidupan yang berbeda. Semoga Allah SWT senantiasa menjaga langkah kita, memudahkan setiap impian yang ingin diraih, serta mempertemukan kita kembali dalam keadaan yang penuh kebahagiaan dan kesuksesan. Terima kasih telah menjadi bagian dari kisah yang tidak akan pernah penulis lupakan.
7. Diri Sendiri Terima kasih telah bertahan, meski berkali-kali ingin menyerah. Terima kasih telah menyembunyikan air mata di balik senyuman dan tetap melangkah hingga sampai di titik ini. Semoga setiap lelah yang pernah dirasakan menjadi jalan menuju kebahagiaan yang Allah SWT siapkan. Penulis yakin Allah telah menyiapkan takdir yang lebih indah,

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vii
MOTTO	ix
PERSEMBAHAN.....	x
DAFTAR ISI.....	xii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat Penelitian	5

BAB II TINJAUAN TEORI

A. Konsep Stroke	7
1. Definisi	7
2. Etiologi	7
3. Patofisiologi	8
4. Manifestasi Klinis	9
5. Pemeriksaan Penunjang	9
6. Komplikasi	10
B. Konsep Pasca Stroke	10
1. Definisi	10
2. Kondisi Pasca Stroke	10
C. Konsep Resiko Jatuh Pada Pasien Pasca Stroke	10
1. Definisi	10
2. Faktor Resiko Jatuh Pada Pasien Pasca Stroke	10
3. Dampak Jatuh	12
4. Alat Ukur Resiko Jatuh	12
D. Konsep Bridging Exercise	13
1. Definisi	14
2. Prosedur latihan Bridging Exercise	14
3. Pengaruh Bridging Exercise Pada Pasien Pasca Stroke	15
E. Evidence Base	16
F. Konsep Asuhan Keperawatan	18

1. Pengkajian	18
2. Diagnosa Keperawatan.....	22
3. Intervensi Keperawatan.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Studi Kasus.....	27
B. Subjek Penelitian.....	27
C. Fokus Studi Penelitian	28
D. Definisi Operasional.....	28
E. Metode Pengumpulan Data	28
F. Instrumen Pengumpulan	29
G. Prosedur Pelaksanaan Intervensi Keperawatan.....	29
H. Lokasi dan Waktu	30
I. Analisis Data dan Penyajian Data	30
J. Etika Penelitian	30
BAB IV STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	
A. Jalannya Studi Kasus	35
B. Hasil Pengkajian dan Diagnosa.....	43
C. Pembahasan.....	45
D. Keterbatasan Pelaksanaan Studi Kasus	56
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	57
B. Saran.....	59
DAFTAR PUSTAKA	61