

**STUDI LITERATUR PENGARUH PEMBERIAN *CORE STABILITY EXERCISE* UNTUK MENINGKATKAN KESEIMBANGAN PADA PASIEN STROKE**

**SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma IV Fisioterapi**



**Disusun Oleh :**

**Debby Nofiyanti Hutahuruk**

**5161002**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN NASIONAL**

**2020**

**STUDI LITERATUR PENGARUH PEMBERIAN *CORE STABILITY*  
*EXERCISE* UNTUK MENINGKATKAN KESEIMBANGAN PADA PASIEN  
STROKE**

**SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Menyelesaikan Program  
Pendidikan Diploma IV Fisioterapi**



**Disusun Oleh :**

**Debby Nofiyanti Hutahuruk**

**5161002**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN NASIONAL**

**2020**

**PENGESAHAN SKRIPSI**

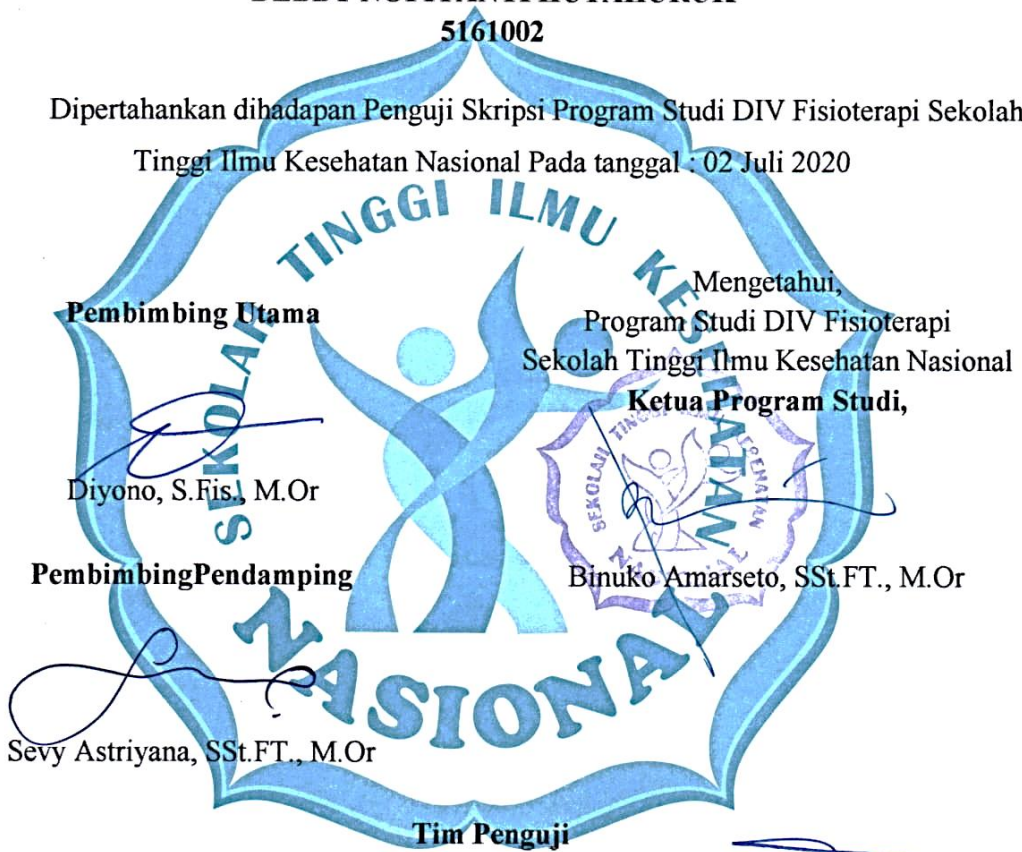
**STUDI LITERATUR PENGARUH PEMBERIAN *CORE STABILITY EXERCISE* UNTUK  
MENINGKATKAN KESEIMBANGAN PADA PASIEN STROKE**

(Literature Study on The Effect of Core Stability Exercise to Improve  
Balance in Stroke Patient)

Oleh :

**DEBBY NOFIYANTI HUTAHURUK**  
**5161002**

Dipertahankan dihadapan Penguji Skripsi Program Studi DIV Fisioterapi Sekolah  
Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional Pada tanggal : 02 Juli 2020



**Pembimbing Utama**

Diyono, S.Fis., M.Or

**Pembimbing Pendamping**

Sevy Astriyana, SSt.FT., M.Or

Mengetahui,

Program Studi DIV Fisioterapi  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional  
**Ketua Program Studi,**

Binuko Amarseto, SSt.FT., M.Or

**Tim Penguji**

Ketua : Diyono, S.Fis., M.Or

**Anggota :**

1 Sevy Astriyana., SSt.FT., M.Or

2 Warih Anjari D. K, S.St., M.Or

3 Adnan Faris Naufal, S.Fis., M.  
Biomed., AIFO-FIT

:

:

:

:

## HALAMAN PERNYATAAN

### PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

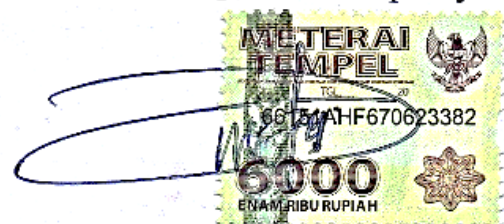
Nama : Debby Nofiyanti Hutahuruk

NIM : 5161002

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul “STUDI LITERATUR PENGARUH PEMBERIAN *CORE STABILITY EXERCISE* UNTUK MENINGKATKAN KESEIMBANGAN PADA PASIEN STROKE” adalah betul-betul karya saya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya dalam skripsi ini diberi tanda kutipan ditunjukkan dalam daftar pustaka. Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi ini.

Sukoharjo, 02 Juli 2020

Yang membuat pernyataan



Debby Nofiyanti Hutahuruk

**HALAMAN PERSETUJUAN**  
**PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI**

**STUDI LITERATUR PENGARUH PEMBERIAN *CORE STABILITY*  
*EXERCISE* UNTUK MENINGKATKAN KESEIMBANGAN PADA PASIEN  
STROKE**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dalam ujian skripsi

Program Diploma IV Fisioterapi

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional

**Oleh:**

**Debby Nofiyanti Hutahuruk**

**5161002**

**Pembimbing I**



Diyono, S.Fis., M.Or  
NIDN. 0614109101

**Pembimbing II**



Sevy Astriyana, SSt.FT., M.Or  
NIDN. 0626109002

## PRAKATA

Segala puji syukur bagi Allah atas limpahan karunia-Nya yang tiada terbatas. Atas berkat rahmat, taufik serta hidayah-Nya semata penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi dengan judul **“STUDI LITERATUR PENGARUH PEMBERIAN *CORE STABILITY EXERCISE* UNTUK MENINGKATKAN KESEIMBANGAN PADA PASIEN STROKE”** untuk melakukan ujian seminar proposal.

Proposal skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk melakukan ujian seminar proposal di Program Studi Diploma IV Fisioterapi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional.

Dalam penyusunan proposal skripsi ini tidak lupa kiranya penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Hartono, M.Si., Apt selaku Ketua Sekolah Ilmu Kesehatan Nasional
2. Bapak Binuko Amarseto, SSt. FT., M.Or selaku Ketua Program Studi Diploma IV Fisioterapi Sekolah Ilmu Kesehatan Nasional
3. Ibu Warih Anjari Dyah K,S.St.FT.,M.Or selaku pembimbing I skripsi
4. Ibu Sevy Astriyana, S.St.FT.,M.Or selaku pembimbing II skripsi

Penulis menyadari bahwa proposal skripsi ini masih kurang dari sempurna, untuk itu penulis mengharapkan saran beserta masukan yang membangun demi sempurnanya skripsi ini.

Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak.

Sukoharjo, 02 Juli 2020

Penulis

## **MOTTO**

“Hiduplah untuk hari ini, sederhanakanlah pikiranmu. Selesaikanlah masalah di depan satu per satu. Karena segala hal yang besar dimulai dari hal yang kecil. Aku yakin kamu bisa.” (Gun Auhor)

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

### **PERSEMBAHAN**

Yang utama dari segalanya adalah rasa syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa. Berkat penyertaanNya yang tidak pernah habis setiap harinya. Dan kasih karuniaNya saya dapat menyelesaikan tugas skripsi ini dengan segala keterbatasan saya. Oleh sebab itu kupersembahkan karya yang sederhana ini kepada semua orang yang kukasihi dan sayangi :

Untuk orang tuaku tercinta sebagai tanda bakti, hormat, dan rasa terima kasih yang tiada terhingga. Debby persembahkan karya kecil ini untuk engkau yang telah memberi dukungan serta cinta kasih. Semoga ini menjadi langkah awal untuk membuat engkau bahagia.

Untuk Kepala Program Studi DIV Fisioterapi, bapak Binuko Amarseto, SSt.FT., M.Or yang sudah menjadi bapak yang baik untuk mahasiswa/i selama ini dan selalu memotivasi dikala suka dan duka.

Untuk dosen pembimbingku, ibu Warih Anjari Dyah K., SSt. FT., M.Or dan ibu Sevy Astriyana, S.St.FT.,M.Or yang telah bersedia meluangkan waktunya serta sabar memberikan saran-saran dalam menyelesaikan tugas skripsi ini.

Untuk semua bapak/ibu dosen DIV Fisioterapi yang telah memberikan ilmu pengetahuan serta segala kesempatan untuk kami terjun di kegiatan yang pernah diadakan, semoga selalu menjadi momen dan pengalaman kuliah yang tak terlupakan bagi kami angkatan pertama.

Untuk teman-teman seangkatanku, terimakasih telah memberikan warna warni kehidupan di kelas kita, semua canda tawa suka duka akan menjadi kisah terindah dibagian masa ini.

Untuk teman-teman kontrakan hijauku, jangan lupa tetap semangat untuk menyelesaikan perjuangan kalian. Dan terimakasih karena disaat penat dan saat merasa lelah kalian selalu mensupport dan mengajak untuk menciptakan suasana yang membangunkan semangatku. I love you.



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>PRAKATA .....</b>	<b>iv</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
D. Manfaat Penelitian.....	3
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>5</b>
A. Kajian Teori .....	5
1. Stroke .....	5
a. Definisi.....	5
b. Etiologi.....	6
c. Patofisiologi .....	8
d. Problematik Fisioterapi .....	9
2. Keseimbangan .....	10
a. Definisi.....	10
b. Jenis-Jenis Keseimbangan.....	11
c. Pemeriksaan Keseimbangan.....	13

3. <i>Core Stability Exercise</i> .....	15
a. Definisi.....	15
b. Manfaat Latihan .....	16
B. Kerangka Pikir .....	18
C. Kerangka Konsep .....	19
D. Hipotesis.....	19
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>20</b>
A. Rancangan Penelitian .....	20
B. Waktu Penelitian .....	20
C. Subyek Penelitian.....	20
D. Teknik Sampling .....	21
E. Teknik Pengambilan Data .....	21
F. Variabel Penelitian .....	22
G. Prosedur Penelitian.....	22
H. Jadwal Penelitian.....	23
I. Teknik Analisis Data.....	23
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>24</b>
A. Hasil Analisa .....	24
B. Pembahasan.....	29
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>32</b>
A. Kesimpulan .....	32
B. Saran.....	32
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>33</b>

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2.1</b> Kerangka Pikir .....	18
<b>Gambar 2.2</b> Kerangka Konsep debby ofianti hutauruk .....	19
<b>Gambar 4.1</b> Alur Proses Seleksi Literatur .....	24

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3.1</b> Jadwal Penelitian.....	23
<b>Tabel 4.1</b> Review Jurnal.....	25

## **DAFTAR LAMPIRAN**

**Lampiran 1.** Daftar Riwayat Hidup Penulis

## ABSTRAK

### STUDI LITERATUR PENGARUH PEMBERIAN *CORE STABILITY EXERCISE* UNTUK MENINGKATKAN KESEIMBANGAN PADA PASIEN STROKE

Debby Nofiyanti Hutahuruk

Program Studi D IV Fisioterapi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nasional

Jalan Solo-Baki, Kwarasan, Grogol, Sukoharjo

(Dibimbing oleh: Warih Anjari Dyah K., SSt. FT., M.Or dan

Sevy Astriyana, SSt.FT., M.Or)

**Latar Belakang:** Masalah stroke di Indonesia menjadi semakin penting karena di Asia menduduki urutan pertama dengan jumlah kasusnya yang semakin banyak. Penyakit stroke merupakan salah satu dari penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah kesehatan yang penting di Indonesia. Salah satu penurunan kondisi yang umum dialami pasien stroke yaitu, penurunan keseimbangan dinamis dan kemampuan berjalan yang dapat menghambat pemulihan dan seseorang akan mengalami kesulitan dalam kegiatan sehari-hari. Upaya untuk tetap meningkatkan kemampuan fungsionalnya adalah dengan latihan. Salah satu latihan yang dapat meningkatkan keseimbangan adalah *core stability exercise*. *Core stability exercise* adalah latihan stabilisasi untuk mengaktifkan otot-otot tubuh seseorang, memberikan stabilitas pada tulang belakang dan otot-otot abdomen.

**Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui pengaruh pemberian *core stability exercise* untuk meningkatkan keseimbangan pada pasien stroke.

**Metode Penelitian:** Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kualitatif. Teknik pengambilan sampel secara *Purposive Sampling* dengan jumlah literatur/kepustakaan adalah 2 jurnal.

**Hasil Penelitian:** Dari 2 jurnal yang telah dipilih, terdapat kesamaan kriteria sampel seperti, responden mampu berjalan tanpa bantuan/mandiri, tidak mengalami gangguan neurologi, memahami instruksi.

**Kesimpulan:** Terdapat pengaruh pemberian *Core Stability Exercise* terhadap keseimbangan pada pasien stroke.

**Kata Kunci:** *Core Stability Exercise*, Keseimbangan, Stroke

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Modernisasi biasanya mengubah gaya hidup menjadi lebih praktis. Kebiasaan makan berlebihan, kurang olah raga, merokok, dan kurang istirahat cenderung dimiliki oleh masyarakat saat ini, khususnya di daerah perkotaan sehingga akan lebih banyak penyakit yang dialami (Dalimartha, Setiawan, 2008).

Secara signifikan penyakit tidak menular terus meningkat dan menjadi salah satu penyebab kematian di Indonesia, terlepas dari beberapa penyakit di atas. Proporsi angka kematian akibat Penyakit Tidak Menular (PTM) meningkat dari 41,7% pada tahun 1995 menjadi 49,9% pada tahun 2001 dan 59,5% pada tahun 2007. Penyebab kematian tertinggi dari seluruh penyebab kematian adalah stroke (15,4%), disusul hipertensi, diabetes, kanker, dan penyakit paru obstruktif (Sedyaningsih, Endang, 2011).

Stroke adalah penyakit serebrovaskular yang sering ditemukan di negara maju, saat ini juga banyak terdapat di negara berkembang salah satunya di negara Indonesia. Satu diantara enam orang di dunia akan terkena stroke. Masalah stroke di Indonesia menjadi semakin penting karena di Asia menduduki urutan pertama dengan jumlah kasusnya yang semakin banyak. Penyakit stroke merupakan salah satu dari penyakit tidak menular yang masih menjadi masalah kesehatan yang penting di Indonesia (Darotin et al., 2017).

Prevalensi stroke di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan adalah 12,1 per 600 penduduk (RISKESDAS, 2013). Di wilayah Jawa Tengah pada penduduk dengan usia 45 - 65 tahun berdasarkan diagnosis dokter tahun 2018 mengalami peningkatan dari 14,2% hingga 32,4% baik perempuan maupun laki-laki (RISKESDAS, 2018).

Dalam stroke terdapat 2 fase akut dan kronis. Fase akut stroke adalah jangka waktu antara awal mula serangan stroke berlangsung sampai satu minggu (Bangun, 2009) dan pada fase kronis yaitu stroke yang mengalami lebih dari 6 bulan pasca stroke, salah satu penurunan yang umum dialami pasien stroke yaitu, penurunan keseimbangan dan kemampuan berjalan menghambat pemulihan dan mengalami kesulitan dalam kegiatan sehari-hari (Lee et al., 2018).

Dalam penelitian ini, peneliti menjelaskan bahwa terdapat beberapa keterbatasan pada pasien stroke, terutama pada kemampuan keseimbangan yang semakin menurun. Penelitian sebelumnya telah dibuktikan oleh Haruyama et al (2017) dengan judul, *Effect of Core Stability Training on Trunk Function, Standing Balance, and Mobility in Stroke Patients: A Randomized Controlled Trial*, yang menjelaskan bahwa terdapat latihan untuk memperbaiki keseimbangan pada pasien stroke.

Oleh karena itu, latihan untuk memperbaiki penurunan keseimbangan yang terjadi, yaitu *core stability exercise* dengan beberapa metode yang dapat dilakukan pasien stroke. *Core stability exercise* adalah latihan stabilisasi mengaktifkan otot-otot tubuh seseorang, memberikan stabilitas pada tulang belakang dan otot perut (Park et al., 2017).

Latihan *core stability* adalah latihan yang dilakukan dengan mengaktifasi otot-otot abdomen dan paraspinal sebagai satu unit gerak. Satu sesi latihan terdiri dari gerakan-gerakan yang dilakukan dalam posisi duduk dan berbaring (Wowiling et al., 2016).

Penggunaan latihan stabilitas inti telah diteliti sebagai metode yang efisien untuk perbaikan kontrol neuromuskuler untuk stabilitas axis tubuh dengan pola yang akurat untuk mengendalikan beban tulang belakang yang relevan difokuskan untuk memperbaiki postur, dan untuk kontrol keseimbangan yang buruk (Chung et al., 2014).

Dari pengertian, dapat disimpulkan bahwa stroke diakibatkan dari banyak faktor sehingga terdapat beberapa penurunan fungsional terutama



pada keseimbangan, karena adanya gangguan keseimbangan, maka pasien stroke akan mengalami penurunan aktivitas sehari-harinya. Dengan memberikan latihan yang dapat membantu untuk mengatasi permasalahan keseimbangan pada pasien stroke yaitu, dengan *core stability exercise* yang dapat menguatkan otot gerak fungsional tubuh, sesuai dengan jurnal yang pernah diteliti sebelumnya. Maka dari itu peneliti mengambil dengan judul “Studi Literatur Pengaruh Pemberian *Core Stability Exercise* Untuk Meningkatkan Keseimbangan Pada Pasien Stroke”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, rumusan masalah yang diambil adalah adakah pengaruh pemberian *core stability exercise* untuk meningkatkan keseimbangan pada pasien stroke ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui adakah pengaruh pemberian *core stability exercise* untuk meningkatkan keseimbangan pada pasien stroke.

### 2. Tujuan Khusus

Mendiskripsikan berbagai teknik latihan *core stability* untuk pasien stroke.

## **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini adalah :

### a. Bagi Institusi

dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai stroke dan pelatihannya.

b. Bagi Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penyakit stroke.

c. Bagi Fisioterapis

Memberikan wawasan secara teoritis dan praktik sehingga bermanfaat bagi perkembangan pelayanan fisioterpi.

## **BAB III**

### **METODOLOGI PENELITIAN**

#### **A. Rancangan Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan suatu strategi yang menekankan pencarian makna, pengertian, konsep, karakteristik, mengutamakan kualitas, menggunakan beberapa cara, serta disajikan secara naratif (Yusuf, 2013: 334).

#### **B. Waktu Penelitian**

Dilakukan pada bulan Juni 2020.

#### **C. Subyek Penelitian**

##### **1. Populasi**

Populasi ialah sebagai suatu kumpulan subjek, variabel, konsep. Kita dapat meneliti setiap anggota populasi untuk mengetahui sifat populasi yang bersangkutan (Morissan, 2009). Populasi pada penelitian ini adalah keseluruhan jurnal nasional maupun internasional yang membahas segala jenis latihan *core stability exercise*, keseimbangan dinamis, stroke sebanyak 60 jurnal.

##### **2. Sampel**

Sampel adalah suatu bagian dari keseluruhan serta karakteristik yang dimiliki oleh sebuah Populasi (Sugiyono, 2008). Dalam penelitian ini jurnal/buku yang menjadi kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut :

##### **a. Kriteria Inklusi :**

- 1) Full text.
- 2) Berisi tentang pengaruh *core stability exercise* untuk peningkatan keseimbangan dinamis pada pasien stroke.
- 3) Literatur berupa studi kualitatif ataupun kuantitatif atau mixed method.

- 4) Jurnal yang menggunakan bahasa Indonesia dan Inggris.
- 5) Jurnal yang digunakan keluaran tahun 2015 hingga 2020.
- 6) Alat ukur yang digunakan untuk keseimbangan adalah *Time-Up-Go test* (TUG)

**b. Kriteria Eksklusi :**

- 1) Judul tidak sesuai.
- 2) Hanya abstrak saja atau tidak full teks.
- 3) Jurnal yang digunakan kurang dari 2015.

**c. Kriteria Drop Out :**

- 1) Sampel bukan pasien stroke atau usia lanjut
- 2) Literatur berupa ulasan teori/naskah publikasi, opini, artikel
- 3) Literatur review

**D. Teknik Sampling**

Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Purposive Sampling*. Metode ini menggunakan kriteria yang telah dipilih oleh peneliti dalam memilih sampel. Kriteria pemilihan sampel terbagi menjadi kriteria inklusi dan eksklusi (Salamadian, 2017). Jurnal yang didapat untuk studi literatur sebanyak 2 jurnal.

**E. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data yang dilakukan pada penelitian ini adalah studi literatur atau studi kepustakaan. Teknik ini dilakukan dengan cara mempelajari jurnal-jurnal, buku-buku, dan literatur-literatur lain yang berhubungan dengan permasalahan penelitian untuk memperoleh wawasan dan dasar teori, sehingga bisa digunakan sebagai informasi untuk menganalisis serta menunjang pembahasan masalah penelitian ini. Data literatur bisa dipakai untuk menggali informasi yang terjadi di masa silam. Peneliti perlu memiliki kepekaan teoretik untuk memaknai semua dokumen tersebut sehingga tidak sekadar barang yang tidak bermakna (Raharjo,2011).

## **F. Variabel Penelitian**

### **1. Variabel Penelitian**

Variabel yang ada pada penelitian ini dapat dibagi menjadi 2 jenis, yaitu:

- a) Variabel bebas, yaitu *Core Stability Exercise*.
- b) Variabel terikat, yaitu Keseimbangan.

## **G. Prosedur Penelitian**

1. Menentukan judul penelitian.
2. Mencari jurnal atau artikel mengenai penelitian secara general.
3. Penyusunan proposal penelitian.
4. Seminar proposal.
5. Revisi proposal.
6. Mengumpulkan jurnal berbagai literatur dengan menggunakan situs jurnal yang sudah terakreditasi seperti *Elsevier, PubMed, Crossmark, Springer, Science direct* dan *Schoolar*.
7. Memilah jurnal literatur sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi.
8. Analisis literatur.
9. Ujian pendadaran.
10. Seminar Hasil.
11. Publikasi.

## H. Jadwal Penelitian

Tabel 3.1 Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	Mei 2020				Juni 2020				Juli 2020				Agustus 2020			
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1.	Pelaksanaan penelitian studi literatur																
2.	Analisa hasil																
3.	Evaluasi hasil																
4.	Sidang skripsi																
5.	Revisi																
6.	Seminar Hasil																

## I. Teknik Analisa Data

Jurnal penelitian kemudian dikumpulkan dan dibuat ringkasan jurnal meliputi nama peneliti, judul, tahun terbit jurnal, sampel, dosis, instrument (alat ukur) dan ringkasan hasil atau temuan. Analisa data yang diambil mulai tahun 2015 sampai dengan 2020, kesesuaian keyword penulisan, keterkaitan hasil penulisan dan pembahasan.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan analisis kualitatif melalui studi literatur studi literatur/kepuustakaan dengan mereview dari 2 jurnal yang di telaah, disebutkan bahwa pemberian *core stability exercise* dapat memberikan pengaruh keseimbangan secara signifikan pada pasien stroke.

#### **B. Saran**

Saran yang dapat diberikan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Dapat memberikan contoh gambaran prosedur dari alat ukur, dan prosedur latihan yang diterapkan pada penelitian selanjutnya.
2. Untuk penelitian selanjutnya pada tinjauan pustaka dapat menambahkan materi yang lebih lengkap dan karena keterbatasan peneliti untuk mencari referensi buku dan jurnal, sehingga masih terdapat informasi yang belum lengkap

## DAFTAR PUSTAKA

- Affandi, I. G., & Panggabean, R. (2016). Pengelolaan Tekanan Tinggi Intrakranial pada Stroke. *Cermin Dunia Kedokteran*, 43(3), 180-184
- Akuthota, V., Ferreiro, A., Moore, T., & Fredericson, M. (2007). Core stability exercise principles. *Current sports medicine reports*, 7(1), 39-44.
- American Heart Association [AHA]., Powers, W. J., Derdeyn, C. P., Biller, J., Coffey, C. S., Hoh, B. L., Jauch, E. C., & Meschia, J. F. (2015). 2015 American Stroke Association focused update of the 2013 guidelines for the early management of patients with acute ischemic stroke regarding endovascular treatment: a guideline for healthcare professionals from the American Heart Association/American Stroke Association. *Stroke*, 46(10), 3020-3035.
- Bangun, A. V. (2009). *Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kepatuhan pasien dalam konteks asuhan keperawatan di Poliklinik Endokrin RSHS Bandung* (Doctoral dissertation, Universitas Indonesia. Fakultas Ilmu Keperawatan).
- Batticaca, F. B. (2009). *Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Persarafan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Bennett, D. A., Krishnamurthi, R. V., Barker-Collo, S., Forouzanfar, M. H., Naghavi, M., Connor, M., ... & Mensah, G. A. (2014). The global burden of ischemic stroke: findings of the GBD 2010 study. *Global heart*, 9(1), 107-112.
- Bohannon, R. W. (2006). Reference values for the timed up and go test: a descriptive meta-analysis. *Journal of geriatric physical therapy*, 29(2), 64-68.
- Cabanas-Valdés, R., Bagur-Calafat, C., Girabent-Farrés, M., Caballero-Gómez, F. M., Hernández-Valiño, M., & Urrútia Cuchí, G. (2016). The effect of additional core stability exercises on improving dynamic sitting balance and trunk control for subacute stroke patients: a randomized controlled trial. *Clinical rehabilitation*, 30(10), 1024-1033.



- Chung, E. J., Kim, J. H., & Lee, B. H. (2015). The effects of core stabilization exercise on dynamic balance and gait function in stroke patients. *Journal of physical therapy science*, 25(7), 803-806.
- Dalimartha, S., Purnama, B. T., SpGK, M. S., Nora Sutarina, S., Mahendra, B., Akp, I., & Darmawan, R. (2008). *Care your self, Hipertensi*. Penebar PLUS+.
- Darotin, R., Nurdiana, N., & Nasution, T. H. (2017). Analysis of Predictive Factors of Mortality in Hemorrhagic Stroke Patients at Soebandi Hospital Jember. *NurseLine Journal*, 2(2), 134-145.
- Fitriyani, F. (2016). HUBUNGAN FISIOTERAPI SELAMA EMPAT MINGGU DENGAN PENINGKATAN KEKUATAN MOTORIK EKSTREMITAS PADA PASIEN PASCA STROKE NON HEMORAGIK DI POLI REHABILITASI MEDIK RS URIP SUMOHARJO PROVINSI LAMPUNG PERIODE FEBRUARI-MARET 2016. *Jurnal Medika Malahayati*, 3(2), 71-78.
- Haruyama, K., Kawakami, M., & Otsuka, T. (2017). Effect of core stability training on trunk function, standing balance, and mobility in stroke patients: a randomized controlled trial. *Neurorehabilitation and neural repair*, 31(3), 240-249.
- Hill, S., & Wootters, W. K. (1997). Entanglement of a pair of quantum bits. *Physical review letters*, 78(26), 5022.
- Irfan, M., & Puspitasari, N. (2010). PERBEDAAN PENGARUH WOBBLE BOARD BALANCE EXERCISE DAN ELASTIC RESISTANCE EXERCISE TERHADAP KESEIMBANGAN STATIS PADA UKM BOLA BASKET DI UNIVERSITAS 'AISYIYAH YOGYAKARTA.
- Kisner, L.A. Colby Therapeutic exercise: foundations and techniques (5th ed.), F.A. Davis, Philadelphia (2007)
- Lee, D. K., Jeong, H. J., & Lee, J. S. (2018). Effect of respiratory exercise on pulmonary function, balance, and gait in patients with chronic stroke. *Journal of physical therapy science*, 30(8), 984-987
- Mekayanti, et al. (2015). Optimalisasi Kelenturan (Flexibility), Keseimbangan (Balance) dan Kekuatan (Strength) Tubuh Manusia Secara Instan Dengan Menggunakan "Secret Method". *Jurnal Virgin Undhira Bali*, 1(1), 40-49 hlm.

- Morissan, W. A. C., & Wardhany, C. (2009). Teori Komunikasi: tentang komunikator, pesan, percakapan, dan hubungan. *Ghalia Indonesia: Bogor*.
- Nursalam, N., Indarwati, R., & Kristi, M. C. (2017). Berg Balance Test (Bbt) and Time Up and Go Tes (Tugt) as Falls Prediction on Elderly. *Jurnal Ners*, 3(2), 170-175.
- O'Sullivan, M., Blake, C., Cunningham, C., Boyle, G., & Finucane, C. (2009). Correlation of accelerometry with clinical balance tests in older fallers and non-fallers. *Age and ageing*, 38(3), 308-313
- Park, S. J., Lee, J. H., & Min, K. O. (2017). Comparison of the effects of core stabilization and chest mobilization exercises on lung function and chest wall expansion in stroke patients. *Journal of physical therapy science*, 29(7), 1144-1147.
- Penelitian, B. (2013). Riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2013. *Lap Nas*, 2013(1), 384.
- Pramita, I., Setiawan, M., & Zuhri, S. (2017). PENGARUH LATIHAN STABILISASI POSTURAL TERHADAP KESEIMBANGAN STATIS DAN DINAMIS PADA PASIEN PASCA STROKE. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 1(1).
- Price, B., Grosser, T., Lawson, J. A., T. S., Pack, M. A., & FitzGerald, G. A. (2005). Prostaglandin E synthases in zebrafish. *Arteriosclerosis, thrombosis, and vascular biology*, 25(2), 315-320.
- Putri, N. P., & Rakhmadi, A. (2018). PEMERIKSAAN KESEIMBANGAN DINAMIS PASIEN LANJUT USIA DENGAN BERG BALANCE SCALE BERBASIS WEB. *Emitor: Jurnal Teknik Elektro*, 18(01), 28-35.
- Raharjo, H., Xie, M., & Brombacher, A. C. (2011). A systematic methodology to deal with the dynamics of customer needs in Quality Function Deployment. *Expert Systems with Applications*, 38(4), 3653-3662.
- Robert, M. (2011). The effect of viewing a virtual environment through a head-mounted display on balance. *Gait & posture*, 48, 261-266.
- Rydwik, E., Eliasson, S., & Akner, G. (2006). The effect of exercise of the affected foot in stroke patients-a randomized controlled pilot trial. *Clinical rehabilitation*, 20(8), 645-655.

- Salamadian, 2017. 10 Teknik Pengambilan Sampel dan Penjelasannya Lengkap (TEKNIK SAMPLING). [pdf] Jakarta: SALAMADIAN. Tersedia di: <<https://salamadian.com/teknik-pengambilan-sampling/>> [12 Desember 2018].
- Schenkman, Whetten-Goldstein, K., Sloan, F., Kulas, E., Cutson, T. M. (1997). The burden of Parkinson's disease on society, family, and the individual. *Journal of the American Geriatrics Society*, 45(7), 844-849.
- Setyarini, E. A., Bagus, L. S., & Asitoret, M. (2013). Hubungan Gaya Hidup pada Pasien Hipertensi dengan Resiko Terjadinya Stroke si Rumah Sakit Santo Borromeus Bandung. *Jurnal Kesehatan STIKes Santo Borromeus Bandung*.
- Sedyaningsih, E. R. Roadmap Rencana Aksi Penguatan Sistem Informasi Kesehatan tahun 2011-2014, merupakan dokumen penting yang menjadi awal dari penguatan Sistem Informasi Kesehatan. Dokumen ini merupakan rencana kerja jangka menengah yang komprehensif dan akan melibatkan berbagai pemangku kepentingan dari sektor Sistem Informasi Kesehatan dalam penerapannya.
- Sherwood, S. C., Bony, S., & Dufresne, J. L. (2014). Spread in model climate sensitivity traced to atmospheric convective mixing. *Nature*, 505(7481), 37-42.
- Shumway-Cook, A., Anson, D., & Haller, S. (1988). Postural sway biofeedback: its effect on reestablishing stance stability in hemiplegic patients. *Archives of physical medicine and rehabilitation*, 69(6), 395-400.
- Sugiyono, D. (2008). Metode penelitian bisnis. *Bandung: Pusat Bahasa Depdiknas*.
- Supriyono, E. (2015). Aktifitas Fisik Keseimbangan Guna Mengurangi resiko Jatuh pada Lansia. *JORPRES (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 11(2).
- Smeltzer, S. C., Bare, B. G., Brunner, L. S., & Suddarth, D. S. (2005). *Enfermería medicoquirúrgica*. McGraw-Hill Interamericana.
- Utomo, I. D., & McDonald, P. (2009). Adolescent reproductive health in Indonesia: contested values and policy inaction. *Studies in family planning*, 40(2), 133-146.
- WHO. 2015. The Global Burden of Disease 2004 Update. WHO Press, World Health Organization, 20 Avenue Appia, 1211 Geneva 27, Switzerland.

Wowiling, P. E., Sengkey, L. S., & Lolombulan, J. H. (2016). Pengaruh latihan core-strengthening terhadap stabilitas trunkus dan keseimbangan Pasien pasca stroke. *Jurnal Biomedik*, 8(1)