

ABSTRAK

Ferly Ferdian (2026). *Pengaruh Latihan Genggam Bola Karet terhadap Kekuatan Otot pada Pasien Stroke Non Hemoragik di Kota Pekanbaru.* Karya Tulis Akhir, Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Ns. Yoza Misra Fatmi, M.Kep., Sp.Kep.M.B. Pembimbing (II) Ira Oktaviani, S.Farm., Apt., M.Farm.

Stroke non hemoragik adalah kondisi neurologis yang disebabkan oleh penyumbatan pada pembuluh darah di otak, yang dapat mengakibatkan kelemahan otot serta penurunan kemampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Kelemahan otot yang dihadapi pasien stroke dapat mempengaruhi mobilitas dan mengurangi kemandirian mereka. Salah satu metode rehabilitasi yang bisa dilakukan untuk meningkatkan kekuatan otot adalah dengan melakukan latihan menggenggam bola karet. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis dampak latihan genggam bola karet terhadap kekuatan otot pada pasien stroke non hemoragik yang ada di Kota Pekanbaru. Desain penelitian ini adalah *pre-experimental* dengan pendekatan desain *one group pretest-posttest*. Penelitian ini dilaksanakan dari tanggal 14 April-20 Mei 2026 di lima puskesmas yang berada di Kota Pekanbaru, yaitu Puskesmas Simpang Tiga, Puskesmas Langsung, Puskesmas Sapta Taruna, Puskesmas Umban Sari, dan Puskesmas Sidomulyo. Terdapat 30 responden yang terlibat dalam penelitian ini, yang dipilih dengan menggunakan teknik total sampling. Pengukuran kekuatan otot dilakukan dengan menggunakan *Manual Muscle Testing* (MMT) sebelum pelaksanaan intervensi, setelah minggu pertama, dan setelah minggu kedua latihan menggenggam bola karet. Analisis data dilakukan dengan uji *Shapiro-Wilk* dan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada perubahan yang signifikan dalam kekuatan otot antara sebelum intervensi dan setelah minggu pertama ($p\text{-value} = 1,000$). Namun, terdapat peningkatan yang signifikan dalam kekuatan otot setelah minggu kedua intervensi ($p\text{-value} = 0,025$). Temuan ini menegaskan bahwa latihan genggam bola karet yang dilakukan secara teratur dapat secara efektif meningkatkan kekuatan otot pada pasien stroke non hemoragik.

Kata Kunci: Latihan Genggam Bola Karet, Kekuatan Otot, Stroke Non Hemoragik.

ABSTRACT

Ferly Ferdian (2026). *The Effect of Rubber Ball Grasping Exercise on Muscle Strength in Non-Hemorrhagic Stroke Patients in Pekanbaru City.* Final Project, Applied Bachelor of Nursing Program, Department of Nursing, Health Polytechnic of the Ministry of Health Riau. Supervisor (I) Ns. Yoza Misra Fatmi, M.Kep., Sp.Kep.M.B. Supervisor (II) Ira Oktaviani, S.Farm., Apt., M.Farm.

Non-hemorrhagic stroke is a neurological condition caused by blockage of blood vessels in the brain, which may result in muscle weakness and decreased ability to perform daily activities. Muscle weakness experienced by stroke patients can affect mobility and reduce patients' independence. One rehabilitation method that can be applied to improve muscle strength is rubber ball gripping exercise. This study aimed to analyze the effect of rubber ball gripping exercise on muscle strength in patients with non-hemorrhagic stroke in Pekanbaru City. This study used a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach. The study was conducted from April 14 to May 20, 2026, at five public health centers in Pekanbaru City, namely Simpang Tiga Public Health Center, Langsat Public Health Center, Sapta Taruna Public Health Center, Umban Sari Public Health Center, and Sidomulyo Public Health Center. A total of 30 respondents were selected using a total sampling technique. Muscle strength was measured using Manual Muscle Testing (MMT) before the intervention, after the first week, and after the second week of rubber ball gripping exercise. Data were analyzed using the Shapiro–Wilk test and Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed that there was no significant change in muscle strength between the pre-intervention and after the first week of intervention ($p\text{-value} = 1.000$). However, there was a significant improvement in muscle strength after the second week of intervention ($p\text{-value} = 0.025$). These findings indicate that regular rubber ball gripping exercise can effectively improve muscle strength in patients with non-hemorrhagic stroke.

Keywords: Rubber Ball Grasping Exercise, Muscle Strength, Non-Hemorrhagic Stroke.