

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stroke adalah penyebab utama kecacatan jangka panjang yang serius pada orang dewasa, penurunan gerak dengan keterbatasan kekuatan otot terlihat sekitar 80% pasien stroke (Pollock *et al*, 2014). Ini menunjukkan bahwa stroke adalah penyebab utama hilangnya pekerjaan dan kualitas hidup yang buruk. Kecacatan akibat stroke tidak hanya berdampak bagi penderita, namun juga bagi anggota keluarganya, karena dampak dari stroke mengakibatkan bertambahnya beban ekonomi keluarga.

Pada pasien pasca stroke perlu dilatih guna memunculkan sirkuit – sirkuit baru (kognitif dan sensomotor) sehingga sirkuit yang baru tersebut menggantikan fungsi sirkuit yang telah rusak. Kemampuan otak seperti ini disebut kemampuan plastisitas otak (Kuntono, 2009).

Gangguan sensomotorik adalah gangguan yang paling banyak timbul setelah serangan stroke. Ada berbagai macam pendekatan metode terapi latihan untuk meningkatkan kemampuan fungsional serta keseimbangan postural dengan menekankan aspek *Core Stability*. Pengertian *core stability exercise* adalah suatu bentuk latihan kestabilan untuk meningkatkan kemampuan dan kekuatan otot inti (*core muscle*) dari lengan, bahu, *pelvic* sampai dengan *hip* (Kibler *et al.*, 2006).

Dalam beberapa penelitian lain mengatakan latihan untuk meningkatkan keseimbangan secara konvensional, seperti: Weight bearing exercise, Weight

shifting exercise, single leg stand exercise, *Compelled Body Weight Shifting (CBWS)*. Beberapa peneliti berpendapat *CBWS exercise* termasuk latihan tersendiri yang membedakan dengan latihan keseimbangan secara konvensional adalah melatih keseimbangan dengan memanfaatkan momen dari berat badan pada tungkai yang mengalami kelemahan, dengan menambahkan alas kaki pada tungkai yang tidak terpengaruh lesi sehingga merubah pola *assymetrical weight bearing* menjadi *symmetrical weight bearing* (Jeba dan Siddarth, 2014). Adapun pengaruh latihan keseimbangan yang ingin diteliti pengaruhnya pada keseimbangan pasien hemiparese paska stroke meliputi latihan *Completed Body Weight Shifting Exercise (CWBSE)*.

Alasan peneliti melakukan penelitian terhadap latihan *core stability* dengan *Compelled Body Weight Shifting (CBWS)*. Karena ingin mengetahui sejauh mana pengaruh metode kedua terapi latihan tersebut terhadap peningkatan keseimbangan pada pasien *hemiparese* paska stroke. Selain itu masih sedikit penelitian yang membahas tentang perbedaan pengaruh kedua tindakan tersebut.

Selanjutnya peneliti melakukan perbandingan untuk mengetahui perbedaan pengaruh pemberian *core stability exercise* dan *compelled body weight shifting exercise* terhadap pasien hemiparese paska stroke, selain itu kedua latihan ini sangat mudah diterapkan pada pasien dengan kondisi *hemiparese*, karena bisa dilakukan diatas bed tanpa menggunakan alat bantu yang mahal.

Penelitian tentang *core stability exercise* yang pernah dilakukan, menyatakan bahwa pemberian latihan *core stability* selama 4 minggu dan pemberian latihan konvensional selama 4 minggu memberikan pengaruh terhadap peningkatan keseimbangan postural pasien hemiplegic pasca stroke (Sun dkk., 2016). Adapun penelitian yang lain menyatakan bahwa pemberian latihan konvensional yang dikombinasikan dengan pemberian latihan *core stability* dan latihan konvensional yang dikombinasikan dengan latihan *trunk stability* selama 3 bulan memberikan pengaruh terhadap peningkatan keseimbangan postural pada pasien hemiplegi pasca stroke (Sivakumar dkk., 2016).

Penelitian tentang dosis *CBWSE* untuk meningkatkan keseimbangan juga berbeda-beda dari beberapa pendapat. Durasi latihan satu jam per hari selama dua minggu (Jeba dan Siddarth, 2014). Pendapat lain latihan menggunakan sepatu pada tungkai yang tidak mengalami kelemahan selama 35 menit, dengan frekuensi dua kali per minggu selama empat minggu, dengan teknis latihan transfer beban dari sisi lesi ke sisi sehat 10-30 detik dan dari sisi sehat ke sisi lesi 10-30 detik (Enas *et al.*, 2016).

Penelitian dilakukan selama dua minggu dengan frekuensi latihan tiga kali setiap minggunya. Baik latihan *core stability* maupun *Compelled Body Weight Shifting Exercise* masing-masing 30 menit dengan repetisi 10 set, masing-masing setnya 20 detik, dengan waktu istirahat 60 detik.

Dari acuan tersebut peneliti ingin mengetahui bagaimana perbedaan pengaruh pemberian *core stability exercise* dengan pemberian *Compelled*

Body Weight Shifting (CBWS) exercise terhadap keseimbangan postural pasien paska stroke dan diukur dengan alat ukur *Berg Balance Scale (BBG)*/ Skala Keseimbangan Berg (SKB).

Permasalahan ini melatarbelakangi peneliti untuk berinisiatif melakukan penelitian, yang diantaranya untuk membantu memecahkan masalah dari permasalahan kemampuan fisik dan kemampuan fungsional secara efisien sesuai keadaan penderita stroke.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh *core stability exercise* terhadap peningkatan keseimbangan pasien hemiparese paska stroke?
2. Apakah ada pengaruh *Compelled Body Weight Shifting exercise* terhadap peningkatan keseimbangan pasien hemiparese paska stroke?
3. Apakah ada perbedaan pengaruh antara *core stability exercise* dengan *Compelled Body Weight Shifting exercise* terhadap peningkatan keseimbangan pasien hemiparese paska stroke?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada pengaruh pemberian metode *core stability exercise* dengan *compelled body weight shifting exercise* terhadap keseimbangan postural pasien paska stroke.

2. Tujuan Khusus

Untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara *core stability exercise* dengan *Compelled Body Weight Shifting (CBWS) exercise* terhadap keseimbangan postural pasien paska stroke dengan perbandingan hasil menggunakan alat ukur *Berg Balance Scale (BBG.)*

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pengembangan Ilmu

Memperkaya khasanah ilmu pengetahuan dalam penanganan konservatif pada penderita *hemiparese* paska stroke.

Serta dapat dijadikan sebagai sumber referensi untuk melakukan intervensi yang berkaitan dengan evidence based tentang perbedaan *core stability exercise* dan *Compelled Body Weight Shifting exercise* terhadap peningkatan keseimbangan pada penderita hemiparese paska stroke.

2. Manfaat Praktis

a. Untuk masyarakat khususnya penderita stroke ataupun keluarga lebih mengetahui bagaimana dan manfaat latihan *core stability* atau *Compelled Body Weight Shifting (CBWS) exercise* yang sesuai dengan kondisi pasien.

b. Bagi peneliti diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman dari hasil penelitian yang diperoleh. Dan sebagai awal penelitian, serta menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya.