

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil studi kasus dan pembahasan dengan judul “Gambaran Aktivitas Sehari-hari Pada Lansia Paska Stroke Sebelum Dan Sesudah Diberikan Latihan *Range Of Motion* (ROM) Di Wilayah Kelurahan Bunulrejo Kecamatan Blimbing Kota Malang” didapatkan kesimpulan bahwa terdapat perbedaan skore sebelum latihan dan sesudah latihan. Sebelum dilakukan latihan ROM skore yang didapatkan responden adalah 72 point dengan kategori ketergantungan sedang. Setelah dilakukan latihan ROM, hasil skore yang didapatkan responden mengalami peningkatan meskipun dalam kategori yang sama yaitu 87 dengan kategori ketergantungan sedang Hal ini dipengaruhi karena responden dapat melakukan semua gerakan latihan rutin selama 30 hari dan dilengkapi dengan latihan berjalan yang dilakukan rutin setiap hari.

Latihan ROM dapat diberikan pada penderita stroke dengan fase pemulihan dan efektif digunakan sebagai upaya meningkatkan kekuatan otot dan mengurangi ketergantungan aktivitas sehari-hari pada penderita stroke.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Responden

Tetap melaksanakan latihan ROM yang telah diajarkan secara rutin dan mandiri agar meningkatkan aktivitas sehari-hari responden.

5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bila melakukan penelitian yang sama sebaiknya mengukur juga kemampuan responden saat melakukan latihan ROM.