

# ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA PASIEN PASCA STROKE DENGAN MASALAH KEPERAWATAN GANGGUAN MOBILITAS FISIK DAN PENERAPAN *STRETCHING EXERCISE* DI PANTI PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA (PPSLU) DEWANATA CILACAP

*Geriatric Nursing Care For Post-Stroke Patients With Nursing Problems Of Physical Mobility Disturbance And The Application Of Stretching Exercise In The Elderly Social Services Home (Ppslu) Dewanata Cilacap*

Widia Ningrum<sup>1</sup>, Yuni Sapto Edhi Rahayu, M.Kep<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Al-Irsyad Cilacap  
Jl. Cerme No 24 Sidanegara Cilacap  
[Widianingrum2718@gmail.com](mailto:Widianingrum2718@gmail.com)

## ABSTRAK

**Latar belakang :** Stroke merupakan penyakit gangguan fungsional otak berupa kelumpuhan saraf/defisit *neurologik* akibat gangguan aliran darah pada salah satu bagian otak. Pasien stroke akan mengalami *hemiparese* sehingga terjadi penurunan kekuatan otot. *Stretching Exercise* merupakan salah satu latihan yang peregangan yang berfungsi untuk peningkatan kekuatan otot. Dalam Upaya untuk penanganan pada pasien pasca stroke dengan masalah gangguan mobilitas fisik yaitu dengan penerapan *stretching exercise*. **Tujuan :** Karya Ilmiah ini bertujuan untuk menggambarkan penerapan *stretching exercise* untuk meningkatkan kekuatan otot pada pasien pasca stroke di Panti Pelayanan Sosial Dan Lanjut Usia (PPSLU) Dewanata Cilacap. **Metodelogi :** Penelitian ini mengumpulkan data dengan cara wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, implementasi, dan dokumentasi. **Hasil :** Setelah diberikan *stretching exercise* selama 3 kali dalam seminggu menunjukan kekuatan otot ekstermitas kanan meningkat yang sebelumnya 3, 3 menjadi 3, 4. **Kesimpulan dan Saran :** Implementasi *stretching exercise* berpengaruh dalam peningkatan kekuatan otot pasien. Saran, hasil dari karya tulis ilmiah ini dapat memberikan kontribusi pengetahuan terkait intervensi mandiri yaitu *stretching exercise* untuk pasien pasca stroke yang mengalami hambatan fisik.

**Kata Kunci :** Stroke, *Stretching Exercise*

## ABSTRACT

**Background:** Stroke is a disease characterized by functional brain disorders in the form of nerve paralysis/neurogenic deficits caused by impaired blood flow in one part of the brain. Stroke patients will experience hemiparesis, leading to a decrease in muscle strength. *Stretching Exercise* is one type of stretching exercise aimed at improving muscle strength. In an effort to address physical mobility issues in post-stroke patients, stretching exercises are implemented. **Objective:** This scientific work aims to describe the implementation of stretching exercises to improve muscle strength in post-stroke patients at the Dewanata Cilacap Social and Elderly Care Center (PPSLU). **Methodology:** This research gathered data through interviews, observations, physical examinations, implementation, and documentation. **Results:** After being given stretching exercises three times a week, the muscle strength of the right extremity increased from previously 3 to 3. 3, 4. **Conclusion and Recommendations:** The implementation of stretching exercises has an effect on the improvement of muscle strength in patients. **Recommendations:** the results of this scientific paper can contribute knowledge regarding independent interventions, namely stretching exercises for post-stroke patients who experience physical limitations.

**Keywords:** Stroke, *Stretching Exercise*