

**PENERAPAN LATIHAN *SIT TO STAND* UNTUK MENINGKATKAN
KEMANDIRIAN MOBILISASI PADA LANSIA
*POST STROKE HEMIPARESIS***

Anita Dyah Pratiwi¹, Jenita Doli Tine Donsu², Bondan Palestin³
¹²³Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tata Bumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email : anitadyah0215@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Stroke pada lansia merupakan gangguan neurologis akut akibat iskemia atau hemoragik pembuluh darah otak yang bertahan lebih dari 24 jam. Sebagai bagian dari kondisi multipatologi pada lansia, penyakit ini sering kali berdampingan dengan gangguan *degeneratif* dan *kardiovaskular*. Upaya pengelolaan *post stroke hemiparesis* dapat dilakukan melalui terapi non-farmakologi seperti latihan *sit to stand*.

Tujuan : Studi kasus ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan latihan *sit to stand* untuk meningkatkan kemandirian mobilisasi pada lansia *post stroke hemiparesis* di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Budi Luhur DIY.

Metode : Metode penelitian yang digunakan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini adalah penelitian deskripsi studi kasus menggunakan pendekatan proses keperawatan. Subjek penelitian studi kasus ini adalah 2 lansia dengan *post stroke hemiparesis*.

Hasil : Setelah dilakukan penerapan latihan *sit to stand* sebanyak 9 sesi dalam 3 minggu didapatkan hasil tidak adanya perubahan skor *Barthel Index* pada kedua klien, namun sudah tampak hasil peningkatan kemandirian mobilisasi, peningkatan kekuatan otot dan peningkatan keseimbangan lansia *post stroke hemiparesis*.

Kesimpulan : Penerapan latihan *sit to stand* berhasil namun belum optimal untuk meningkatkan kemandirian mobilisasi pada lansia *post stroke hemiparesis*.

Kata kunci : *sit to stand*, lansia, *post stroke hemiparesis*

-
1. Mahasiswa Diploma Tiga Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
 2. Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
 3. Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

IMPLEMENTATION OF SIT TO STAND EXERCISES TO IMPROVE MOBILITY INDEPENDENCE IN ELDERLY PEOPLE WITH POST STROKE HEMIPARESIS

Anita Dyah Pratiwi¹, Jenita Doli Tine Donsu², Bondan Palestin³
¹²³*Department of Nursing, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*
Jl. Tata Bumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman, Yogyakarta, 55293
Email: anitadyah0215@gmail.com

ABSTRACT

Background: Stroke in the elderly is an acute neurological disorder caused by cerebral ischemia or hemorrhage that lasts more than 24 hours. As part of a multipathological condition in the elderly, this disease often coexists with degenerative and cardiovascular disorders. *Post stroke hemiparesis* can be managed through non-pharmacological therapies such as *sit to stand* exercises.

Objective: This case study aimed to determine the effect of implementing *sit to stand* exercises on improving mobility independence in elderly patients with *post stroke hemiparesis* at Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha (BPSTW) Budi Luhur Yogyakarta.

Methods: The research method used in compiling this scientific paper is a descriptive case study using a nursing process approach. The subjects of this case study were two elderly patients with *post stroke hemiparesis*.

Results: After implementing *sit to stand* exercises for 9 sessions in 3 weeks, the results showed no change in the *Barthel Index* score in both clients, but there were visible results of increased mobility independence, increased muscle strength and improved balance in elderly *post stroke hemiparesis*.

Conclusion: The implementation of *sit to stand* exercises was successful but not optimal in increasing mobility independence in elderly people with *post stroke hemiparesis*.

Keywords: *sit to stand*, elderly, *post stroke hemiparesis*

-
1. *Diploma Three Nursing Student of the Ministry of Health Yogyakarta*
 2. *Lecturer of the Department of Nursing of the Ministry of Health Yogyakarta*
Lecturer of the Department of Nursing of the Ministry of Health Yogyakarta