

# **PENERAPAN TERAPI GENGAM BOLA KARET DALAM MENINGKATKAN MOBILITAS FISIK PADA PASIEN STROKE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KASIHAN 1 BANTUL**

Singgih Dwi Nugroho<sup>1</sup>, Rizqi Wahyu Hidayati<sup>2</sup>, Dwi Aryani<sup>3</sup>  
E-mail: [singgihsinggih001@gmail.com](mailto:singgihsinggih001@gmail.com)

## **INTISARI**

**Latar Belakang:** Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, angka prevalensi stroke yang ada di Indonesia adalah 8,3 orang dari 1.000 penduduk dengan jumlah penderita stroke di Indonesia adalah sebanyak 638.178. Salah satu masalah yang muncul akibat stroke adalah gangguan mobilitas fisik. Terapi *range of motion* (ROM) adalah cara non-farmakologi untuk menangani stroke dengan kelemahan otot. Salah satu gerakan ROM yang dapat diberikan kepada pasien dengan gangguan mobilitas fisik adalah gerakan mencengkeram atau menggenggam bola karet. Latihan ini dapat meningkatkan aktivitas kimiawi muskuler maupun neoromuskuler.

**Tujuan:** Mengetahui pengaruh dari terapi genggam bola karet terhadap peningkatan mobilitas fisik pada pasien stroke di wilayah kerja Puskesmas Kasihan 1 Bantul.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain penelitian studi kasus dengan metode pengumpulan data observasi partisipatif. Sampel dalam penelitian ini adalah Tn. S yang menderita stroke di wilayah kerja Puskesmas Kasihan 1. Instrumen pengukuran kekuatan otot yang digunakan adalah *Manual Muscle Test* (MMT) dengan rentang skala 1 – 5.

**Hasil:** Setelah dilakukan terapi ROM dan genggam bola karet selama 3 hari berturut-turut, terdapat peningkatan kekuatan otot pada ekstremitas atas Tn. S. Sebelum dilakukan latihan, kekuatan otot Tn. S adalah skala 2 dan setelah latihan meningkat menjadi skala 3.

**Kesimpulan:** Latihan ROM dengan menggenggam bola karet dapat meningkatkan kekuatan otot yang akan berdampak pada mobilitas fisik pasien yang menderita stroke.

**Kata Kunci:** Stroke, Gangguan Mobilitas Fisik, Terapi Genggam Bola Karet

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Program Studi Profesi Ners Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>3</sup> Perawat Puskesmas Kasihan 1 Bantul

**IMPLEMENTATION OF RUBBER BALL GRIP THERAPY  
TO IMPROVE PHYSICAL MOBILITY IN STROKE PATIENTS  
AT KASIHAN 1 BANTUL COMMUNITY HEALTH CENTER**

Singgih Dwi Nugroho<sup>1</sup>, Rizqi Wahyu Hidayati<sup>2</sup>, Dwi Aryani<sup>3</sup>  
E-mail: [singgihsinggih001@gmail.com](mailto:singgihsinggih001@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** Based on the Indonesian Health Survey (SKI) 2023, the prevalence of stroke in Indonesia is 8.3 per 1,000 population, with a total of 638,178 reported cases. Stroke commonly leads to complications, one of which is impaired physical mobility. Range of Motion (ROM) therapy represents a non-pharmacological intervention to address muscle weakness in stroke patients. Among the various ROM exercises, gripping or squeezing a rubber ball can be applied to patients experiencing mobility limitations. This exercise has the potential to improve both muscular and neuromuscular biochemical activity.

**Objective:** To determine the effect of rubber ball grip therapy on improving physical mobility in stroke patients within the working area of Kasihan 1 Bantul Community Health Center.

**Method:** This study employed a case study design with participatory observation as the data collection method. The sample of this study was Mr. S, a stroke patient residing in the working area of Kasihan 1 Community Health Center. The instrument used to measure muscle strength was the Manual Muscle Test (MMT) with a scale range of 1–5.

**Results:** After three consecutive days of ROM exercises combined with rubber ball grip therapy, an improvement in upper extremity muscle strength was observed in Mr. S. Prior to the intervention, his muscle strength was scored at level 2, and after the intervention, it increased to level 3.

**Conclusion:** ROM exercises involving rubber ball gripping can improve muscle strength, which in turn positively impacts the physical mobility of stroke patients.

**Keywords:** Stroke, Physical Mobility Impairment, Rubber Ball Grip Therapy

---

<sup>1</sup>Nursing Profession Program Student, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup>Lecturer, Nursing Profession Program, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>3</sup>Nurse, Kasihan 1 Bantul Community Health Center