

**PENGARUH LATIHAN TAI CHI DUDUK TERHADAP
PEMENUHAN *ACTIVITY DAILY LIVING* PADA PASIEN
STROKE DENGAN HEMIPARESIS**

Studi Eksperimental Penatalaksanaan Stroke

***THE EFFECT OF SITTING TAI CHI EXERCISE ON THE
FULFILLMENT OF DAILY LIVING ACTIVITIES IN STROKE
PATIENTS WITH HEMIPARESIS***

Experimental Study on Stroke Management



TESIS

**Untuk memenuhi persyaratan mencapai Magister keperawatan
Program Studi Magister Ilmu Keperawatan**

OLEH:

NIMAS EFA AMANAH

22020123410028

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG**

2025

TESIS

PENGARUH LATIHAN TAI CHI DUDUK TERHADAP PEMENUHAN *ACTIVITY DAILY LIVING* PADA PASIEN STROKE DENGAN HEMIPARESIS

Studi Eksperimental Manajemen Penanganan Pada Stroke

Disusun oleh

Nimas Efa Amanah

22020123410028

Telah memenuhi syarat untuk dipertahankan didepan Tim Penguji

Pada tanggal 22 Juli 2025

Dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Menyutujui,

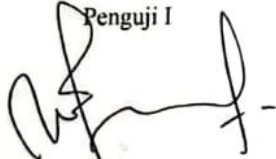
Pembimbing I



Dr. Meira Erawati, S.Kep., M.Si.Med

NIP. 197705132002122002

Penguji I



Dr. Wahyu Hidayati, S.Kp., M.Kep., Sp.KMB

NIP. 197510232000122001

Pembimbing II



Dr. Fitria Handayani, SKp., M.Kep., Sp.KMB

NIP. 197810142003122001

Penguji II



Nur Setiawati Dewi, S.Kp., M.Kep., Sp. Kom., Ph.D

NIP. 197612302001122002

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro



Dr. Anggorowati, SKp., M.Kep., Sp.Mat

NIP. 19770830221122001

HASIL PENELITIAN TESIS

PENGARUH LATIHAN TAI CHI DUDUK TERHADAP PEMENUHAN *ACTIVITY DAILY LIVING* PADA PASIEN STROKE SUBAKUT DENGAN HEMIPARESIS

Studi Eksperimental Manajemen Penanganan Pada Stroke

Disusun oleh

Nimas Efa Amanah

22020123410028

Telah memenuhi syarat untuk dipertahankan didepan tim penguji

Menyutujui,

Pembimbing

Pembimbing I

Pembimbing II



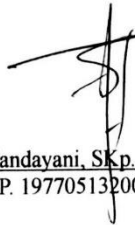
Dr. Meira Erawati, S.Kep., M.Si.Med
NIP. 197705132002122002



Dr. Fitria Handayani, SKp., M.Kep., Sp.KMB
NIP. 197705132002122002

Mengetahui,

Ketua Program Studi Magister keperawatan
Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro



Dr. Fitria Handayani, SKp., M.Kep., Sp.KMB
NIP. 197705132002122002

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISM

Dengan ini saya menyatakan bahwa tesis ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri, Nimas Efa Amanah NIM 22020123410028. Di dalam proposal tesis ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya, serta tidak terdapat unsur-unsur yang tergolong plagiarism sebagaimana dimaksud dalam Permendiknas No.17 Tahun 2010. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan, sumbernya dijelaskan di dalam tulisan dan daftar pustaka.

Semarang, 10 juni 2025

Peneliti



(Nimas Efa Amanah)

RIWAYAT HIDUP

1. Identitas diri

Nama : Nimas Efa Amanah

TTL : Pemalang, 16 Oktober 1998

Agama : Islam

Jenis kelamin : Perempuan

Alamat : Pemalang

Email : Nimaschan5@gmail.com

2. Riwayat Pendidikan

No	Pendidikan	Tahun lulus
1	TK pertiwi	2004
2	SDN 01 Asemdayong	2010
3	SMP Nusantara Wonosobo	2013
4	MAN Tambakberas Jombang	2016
5	S1 keperawatan Stikes Bahrul Ulum Tambakeras Jombang	2020
6	Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Semarang	2022

3. Riwayat publikasi

No	Judul	Journal
1	Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Insan Cendikia Medika Kemandirian Pasien Skizofrenia	Jombang, 2020

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas Rahmat dan Karunia-Nya sehingga tesis yang berjudul “Pengaruh Latihan Tai Chi Duduk Terhadap Pemenuhan *Activity daily living* pada Pasien Stroke dengan Hemiparesis” ini dapat terselesaikan. Tesis ini merupakan wujud kontribusi penulis di dalam meningkatkan asuhan keperawatan dewasa. Penulis berharap agar hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan yang berhubungan dengan terapi nonfarmakologi secara holistik untuk meningkatkan kekuatan otot agar terpenuhi kemandirian pasien (*Activity daily living*) pada pasien stroke. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan tesis ini masih banyak kekurangan, sehingga penulis mengharapkan masukan dan saran dari pembaca untuk melengkapi kekurangan tersebut. Semoga tesis ini dapat menjadi dasar pertimbangan dalam pelaksanaan penelitian nantinya.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb Puji syukur ke hadirat Allah SWT, karena dengan karuniaNya Tesis yang berjudul “Pengaruh Latihan Tai Chi Duduk Terhadap Pemenuhan *Activity daily living* Pada Pasien Stroke Dengan Hemiparesis” ini dapat diselesaikan. Tesis ini disusun sebagai syarat guna memperoleh gelar Strata 2 Magister Keperawatan. Peneliti mengalami banyak kesulitan dalam penyusunan Tesis ini, akan tetapi dapat dilaksanakan dengan bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, perkenankan peneliti menyampaikan ucapan terima Kasih meskipun tak sebanding dengan yang diterima oleh peneliti kepada:

1. Dr. Meira Erawati, S.Kep., M.Si.Med Pembimbing 1 Tesis
2. Dr. Fitria Handayani, S.Kp., M. Kep.,Sp.KMB selaku Ketua Prodi Magister Keperawatan dan Pembimbing 2 Tesis
3. Dr. Anggorowati, S.Kp., M. Kep.,Sp.Mat selaku Ketua Departemen Ilmu Keperawatan
4. Bapak, Ibu Dosen beserta Staf Program Studi Magister Keperawatan
5. Orangtua dan keluarga yang tak henti-hentinya selalu mendukung dan memberikan doa kepada peneliti
6. Teman-temanku yang senantiasa menemani dan menghibur hari-hari peneliti, memberikan dukungan yang tak henti-hentinya
7. Semua member BTS yang selalu meningkatkan mood dan menemani dalam proses penelitian ini, dan khususnya untuk Taehyung bias saya.

DAFTAR ISI

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISM.....	iv
RIWAYAT HIDUP	v
PRAKATA.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar belakang	1
1.2 Rumusan masalah	9
1.3 Tujuan penelitian	10
1.4 Manfaat penelitian	11
1.5 State of the Art	13
BAB II.....	15
TINJAUAN PUSTAKA	15
2.1 Konsep Stroke.....	15
2.1.1 Pengertian Stroke	15
2.1.2 Klasifikasi Stroke	15
2.1.3 Faktor risiko	17
2.1.4 Fase Stroke	21
Tanda Klinis Stroke Fase Kronis:.....	23
2.1.5 Tanda dan gejala.....	25
2.1.6 Patofisiologi stroke.....	25
2.1.7 Dampak stroke.....	26
2.1.8 Komplikasi	27
2.1.9 Penatalaksanaan stroke.....	28
2.2 Konsep Hemiparesis	30
2.2.1 Pengertian Hemiparesis.....	30
2.2.2 Mekanisme Hemiparesis	30
2.2.3 Manifestasi klinis Hemiparesis	31
2.3 Konsep kekuatan otot	31

2.3.1	Definisi kekuatan otot	31
2.3.2	Jenis kekuatan otot	32
2.3.3	Faktor- faktor yang mempengaruhi kekuatan otot	32
2.3.4	Kelemahan otot pada stroke	34
2.3.5	Cara mengukur kekuatan otot.....	35
2.4	Konsep Tai Chi	36
2.4.1	Pengertian Tai Chi	36
2.4.2	Karakteristik Tai Chi	36
2.4.3	Tujuan Tai Chi	37
2.4.4	Prinsip-Prinsip Tai Chi	38
2.4.5	Penatalaksanaan Tai Chi.....	39
2.4.6	Langkah-langkah Tai Chi	40
2.4.7	Manfaat Tai Chi.....	42
2.4.8	Mekanisme Fisiologis Tai Chi.....	47
2.5	Konsep <i>Activity Daily Living</i>	49
2.5.1	Pengertian ADL (<i>Activity Daily living</i>)	49
2.5.2	Jenis ADL (<i>Activity Daily living</i>)	50
2.5.3	Skala pengukuran ADL (<i>Activity Daily living</i>)	51
	Alat penilaian Aktivitas Kehidupan Sehari-hari (ADL). ⁸⁴	51
1.	Barthel Index (BI)	51
2.	Indeks Kemandirian Katz	52
2.6	konsep teori keperawatan Dorothea orem	54
2.6.1	Theory Dorothea E Orem	54
2.6.2	Theory <i>Self care</i>	55
2.6.3	Konsep utama Teori <i>self care</i>	56
2.7	Kerangka teori	61
2.8	Kerangka konsep	62
2.9	Hipotesis	62
BAB III		63
METODE PENELITIAN		63
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	63
3.2	Populasi dan sampel	64
3.3	Tempat dan waktu penelitian	66
3.4	Definisi operasional.....	67

3.5	Instrument penelitian	69
3.6	Prosedur penelitian	70
3.7	Teknik pengelolaan data	74
3.8	Analisa data	75
3.9	Etika penelitian	76
3.10	Alur Penelitian	79
BAB IV		80
HASIL PENELITIAN		80
4.1	Analisa univariat	80
4.2	Analisa Bivariat	83
BAB V		87
PEMBAHASAN		87
BAB VI		96
KESIMPULAN DAN SARAN		96
DAFTAR PUSTAKA		99
Lampiran		116

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 <i>State of the art</i>	13
Tabel 2.1 Definisi operasional.....	67
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi demografi.....	80
Tabel 4.2 karakteristik responden.....	82
Tabel 4.3 Uji normalitas data.....	83
Tabel 4.4 Analisa pengaruh.....	84
Tabel 4.5 Analisa perbandingan.....	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Model konsep teori Dorothea orem.....	60
Gambar 2.2 kerangka teori.....	61
Gambar 2.3 Kerangka konsep.....	62
Gambar 3.1 Rancangan penelitian.....	63
Gambar 3.2 Alur penelitian.....	79

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Informed Consent.....	116
Lampiran 2. Lembar persetujuan penelitian.....	117
Lampiran 3. SPO Tai Chi duduk.....	118
Lampiran 4. Kuesioner demografi.....	122
Lampiran 5. Kuesioner Barthel Index.....	123
Lampiran 6. Kuesioner NIHSS.....	125
Lampiran 7. Catatan pelaksanaan Tai Chi.....	128
Lampiran 8. Sertifikat Pelatihan.....	129
Lampiran 9. Surat permohonan pengambilan data awal dan penelitian.....	130
Lampiran 10. Surat pengantar data awal dan penelitian.....	131
Lampiran 11. Ethical Clereance.....	132
Lampiran 12. Dokumentasi responden.....	133
Lampiran 13. Statistika.....	135

Nursing Department

Faculty of Medicine, Universitas Diponegoro

Juni 10, 2025

Nimas Efa Amanah

Pengaruh Latihan Tai Chi Duduk Terhadap Pemenuhan *Activity Daily Living* Pada
Pasien Stroke Dengan Hemiparesis

ABSTRACT

Latar Belakang: Stroke menyebabkan penurunan kemandirian akibat hemiparesis yang mengganggu aktivitas sehari-hari (ADL). Tai Chi berpotensi meningkatkan fungsi otot dan ADL dengan aspek holistik. Namun, belum ada penelitian yang secara khusus mengevaluasi pengaruh Tai Chi duduk terhadap pemenuhan ADL pada pasien stroke dengan hemiparesis.

Tujuan: Mengetahui pengaruh latihan Tai Chi duduk terhadap pemenuhan ADL pada pasien stroke dengan hemiparesis.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimental dengan *pretest and posttest with control group*. Sampel terdiri dari 28 pada kelompok intervensi dan 28 pada kelompok kontrol. Penelitian dilaksanakan di bangsal neurologi Rumah Sakit Pemerintah di Jawa Tengah pada Februari-Maret 2025. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Barthel Index*. Intervensi pada kelompok perlakuan berupa latihan Tai Chi duduk yang diberikan sebanyak 5x dalam satu minggu selama satu bulan. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Wilcoxon* untuk menilai perbedaan sebelum dan sesudah intervensi dalam kelompok, serta uji *Mann-Whitney* untuk membandingkan perbedaan antar kelompok.

Hasil: Terjadi peningkatan yang signifikan pada variabel ADL, kelompok intervensi menunjukkan nilai rata-rata sebesar 97.50 (IQR 5) sementara kelompok kontrol 87.50 (IQR 5), dengan nilai $p = 0.001$. Demikian pula pada variabel kekuatan otot, kelompok intervensi memiliki rata-rata 3.00 (IQR 18.3) sedangkan kontrol 2.93 (IQR 15.7), dengan nilai $p = 0.006$. yang menunjukkan bahwa peningkatan fungsi ADL dan kekuatan otot pada kelompok intervensi lebih tinggi secara signifikan dibandingkan kelompok kontrol.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh kekuatan otot dan *Activity daily living* (ADL) pada pasien stroke dengan hemiparesis. Program latihan Tai Chi duduk dapat menjadi intervensi keperawatan pada pasien fase pasca akut.

Kata kunci : *Activity Daily Living*, *Barthel indeks* , Stroke, Tai Chi Duduk