

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari temuan studi literatur ini, diketahui bahwa latihan *range of motion* bermanfaat untuk meningkatkan kekuatan otot dan memperbaiki tonus otot dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Latihan ini dilakukan dengan segera untuk mempercepat pemulihan dan meningkatkan fungsi saraf pada otot. Disarankan agar latihan ROM ini diberikan sebanyak dua kali sehari dikarenakan mampu memberikan dampak positif bagi penderita stroke, seperti meningkatnya tonus otot, peredaran darah semakin lancar, serta meningkatkan komunikasi dan koordinasi secara lebih efisien.

5.2 Saran

1. Diharapkan bagi penyedia layanan kesehatan untuk melatih perawat atau tenaga kesehatan lainnya dalam memberikan intervensi *range of motion* kepada pasien yang mengalami kelemahan otot, serta menjadikan intervensi ini sebagai metode untuk meningkatkan kekuatan otot.
2. Bagi peneliti selanjutnya mengenai efek latihan *range of motion* pada peningkatan kekuatan otot diharapkan agar mengkaji lebih dalam seperti menggunakan database pencarian sebanyak mungkin, melakukan penelitian terhadap lebih banyak karakteristik responden seperti pendapatan, pendidikan, dan lainnya dan menerapkan kriteria inklusi maupun eksklusi lebih jelas agar dapat menghasilkan penelitian yang berkualitas.