



SURVEY DAMPAK LATIHAN OLAHRAGA YANG DILAKUKAN PARA PENDERITA PASCA STROKE DI RUMAH SAKIT

Mohamad Aditya Ainun Afifi¹, Soegiyanto², Sutardji³

Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

Info Artikel

Sejarah Artikel:

Diterima Januari 2014
Disetujui Februari 2014
Dipublikasikan Maret 2014

Keywords:

Impact;
Exercise;
Stroke Patients ;

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengetahui dampak latihan olahraga yang dilakukan para penderita pasca stroke di rumah sakit se-kabupaten Pati. Penelitian dilaksanakan ditempat fisioterapi Keluarga Sehat Hospital Pati dan RSUD Soewondo Pati. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif. Sampel yang digunakan keseluruhan berjumlah 30 pasien pasca penderita stroke. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan angket (kuesioner), wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan korelasi *product moment bivariat*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan dampak latihan olahraga yang digunakan pada pasien penderita pasca stroke. Variabel latihan olahraga terdapat unsur kesungguhan latihan dan unsur intensitas latihan. variabel dampak ke penyembuhan penderita stroke terdapat efek psikis dan peningkatan yang didapat akibat latihan olahraga. Dengan hasil pengolahan data dari program SPSS, koefisien korelasi kesungguhan latihan dengan efek psikis adalah 0,513 dan p ; 0,004, koefisien korelasi kesungguhan latihan dengan peningkatan didapat adalah 0,251 dan p ; 0,182, koefisien korelasi intensitas latihan dengan efek psikis adalah 0,248 dan p ; 0,187, dan koefisien korelasi intensitas latihan dengan peningkatan didapat adalah 0,246 dan p ; 0,190. Para penderita pasca stroke lebih bersemangat dan bersungguh-sungguh dalam memperoleh penyembuhan melalui program latihan olahraga.

Abstract

This study aims to determine impact exercise that is performed post stroke patients in the all hospital district Pati. The study which held in place physiotherapy Keluarga Sehat Hospital Pati and General Hospital Soewondo Pati. This research is a quantitative study. The samples used were 30 patients post stroke. Data collection techniques performed in this study using a questionnaire, interview and documentation. Analysis using bivariate product moment correlation. The results showed the impact of exercise used in patients with post stroke. There is an element of variable exercise training seriousness and intensity of the exercise element. variable impact on stroke survivors healing and psychic effects are obtained as a result of an increase in exercise training. With the results of the data processing program SPSS, correlation coefficient seriousness psychological effects of exercise with is 0,513 and p ; 0,004, with a correlation coefficient of seriousness exercise enhancement obtained was 0,251 and p ; 0,182, the correlation coefficient with the psychological effects of exercise intensity was 0,248 and p ; 0,187, and the correlation coefficient with the exercise intensity improvement obtained is 0,246 and p ; 0,190. The post stroke patients is more eager and sincere in obtaining healing through exercise programs.

© 2014 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:
Gedung F1 Lantai 3 FIK Unnes
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229
E-mail: adityaker@yahoo.com

ISSN 2252-6528

PENDAHULUAN

Stroke merupakan satu kata yang sudah sering didengar oleh telinga seseorang kaitannya dengan kehidupan sehari-hari, khususnya para orang dewasa sampai lanjut usia. Sebuah untaian kata yang bisa diartikan sebagai pembunuh yang sangat ditakuti dalam kehidupan dalam segi kesehatan. Sangat beraneka ragam intensitas yang ditimbulkannya, karena hasil akhirnya yang bisa sangat-sangat membahayakan baik sampai meninggal dunia atau membuat korbannya hingga bertahun-tahun bahkan hingga seumur hidup divonis sebagai orang cacat. Dan jika penderita stroke yang selamat dari kematian, akan menjalani proses penyembuhan dengan waktu yang tidak mudah dan membutuhkan waktu yang relatif bisa lama. Sehingga, stroke juga merupakan bencana pada setiap orang yang merasakan, banyak harapan serta cita-cita yang sudah jauh direncanakan terpaksa tertunda.

Berdasarkan data yang berhasil dikumpulkan oleh Yayasan Stroke Indonesia, masalah stroke semakin penting dan mendesak karena kini jumlah penderita stroke di Indonesia terbanyak dan menduduki urutan rangking pertama di Asia. Jumlah yang disebabkan oleh stroke menduduki urutan kedua pada usia diatas 60 tahun dan urutan kelima pada usia 15-59 tahun (Yastroki, 2013). Tercatat setiap tahunnya, sekitar 12 dari 100.000 orang di Amerika. Sekitar 25 persen dari penderita stroke meninggal dalam tahun pertama setelah terserang stroke kedua dalam tahun yang sama setelah mengalami stroke pertama (Gordon, 2002:16-17).

Setelah terserang stroke bagi yang selamat, penderita stroke mengalami berbagai gangguan seperti kelumpuhan anggota tubuh, penurunan kemampuan komunikasi, perubahan mental hingga depresi. Menurut hasil penelitian Doshi, 2001 "sebanyak 140 catatan di Rumah Sakit Umum Changi Singapura terdapat 54,3 persen yang mengalami tingkat komplikasi umum seperti sembelit, retensi urin akut, infeksi saluran kemih dan depresi". Oleh karena itu, di samping pasien masih mendapatkan

farmakoterapi (obat-obatan) yang bertujuan mengurangi dan mencegah terjadinya komplikasi umum dan serangan stroke berulang, sejak masa akut atau masa yang membahayakan dirinya seorang penderita stroke juga mendapat program rehabilitasi medik atau mudah dikenal terapi medis agar dapat sebisa mungkin mengembalikan fungsi tubuhnya dan jika dilakukan seawal mungkin akan mendapatkan hasil yang optimal. Rehabilitasi/fisioterapi stroke adalah proses dimana pasien stroke menjalani perawatan untuk membantunya kembali ke kehidupan normal dan membantu penderita mengurangi kecacatan yang terjadi.

Setelah melewati masa akut inilah yang bisa disebut dengan penderita pasca stroke berarti pasien sudah diperbolehkan rawat jalan. Sehingga, ada pilihan dari pasien atau keluarga pasien setelah pulang perawatan yaitu dilatih di rumah atau di fisioterapi rumah sakit sebagai pasien rawat jalan. Pada umumnya pengobatan kedokteran/medis memang diutamakan, tetapi tidak ada salahnya penderita pasca stroke mempunyai metode usaha pemberdayaan diri seperti latihan dirumah sendiri maupun menggunakan fasilitas fisioterapi. Tujuannya bukan untuk menjadi pengganti pengobatan medis yang sedang dijalani, melainkan sebagai upaya pelengkap yang bisa mendukung mempercepat proses penyembuhan.

Dilain sisi, dalam pemberdayaan khususnya proses latihan olahraga yang dilakukan para penderita pasca stroke mempunyai sifat dan cara sendiri dalam proses penyembuhan. Semangat yang timbul dari pikiran seorang penderita pasca stroke akan muncul salah satunya seperti kesungguhan dalam berlatih olahraga. Diiringi dengan bentuk latihan yang baik berupa pemanfaatan komponen latihan olahraga, salah satunya penggunaan intensitas latihan yang baik pula, agar mendapatkan kesembuhan kembali lebih mudah.

Pada survey pertengahan tahun 2013 yang telah dilakukan peneliti di Rumah Sakit wilayah kabupaten Pati khususnya yang

memiliki fasilitas rehabilitasi penderita pasca stroke, terdapat 30 penderita pasca stroke setelah melewati masa akutnya mereka memilih untuk rawat jalan. Disamping pasien mendapatkan farmakoterapi (obat-obatan), pasien mempunyai cara sendiri dalam pemberdayaannya agar mempercepat penyembuhan stroke yang dideritanya, khususnya dalam mengikuti fisioterapi dan latihan olahraga yang mudah dilakukan di rumah sendiri. Sehingga semua itu dari para penderita pasca stroke memunculkan bentuk kesungguhan latihan serta intensitas yang digunakan berbeda-beda dalam latihan. Dan dalam proses latihan olahraga tidak hanya memunculkan dampak terhadap penyembuhan/peningkatan, tetapi efek psikis pun juga akan timbul antara pasien penderita pasca stroke, karena kesungguhan latihan dan intensitas latihan yang digunakan berbeda. Dampak merupakan suatu keadaan dimana ada hubungan timbal balik atau hubungan sebab akibat antara apa yang mempengaruhi dengan apa yang dipengaruhi (KBBI, online).

Dalam proses latihan olahraga tidak hanya memunculkan dampak terhadap penyembuhan atau peningkatan yang didapat, akan tetapi memunculkan juga dampak terhadap psikis dalam diri penderita pasca stroke. Menyangkut efek psikis yang dirasakan, yakni pada saat latihan ataupun setelah latihan olahraga berupa kesegaran yang dirasakan, stress akibat stroke yang dideritanya, dan kejenuhan saat latihan karena lamanya proses penyembuhan yang dijalani. Setiap penderita pasca stroke mengenai psikis yang ditimbulkan menjadi berbeda apabila pada saat melakukan latihan olahraga bentuk kesungguhan latihan dan intensitas latihan yang digunakan masing-masing berbeda pula. Tetapi semua bertujuan agar memperoleh kesembuhan menjadi meningkat dengan melatih kembali kemampuan fungsi otak dan beberapa kelumpuhan bagian otot-otot tubuh yang terserang stroke.

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan di atas maka peneliti tertarik untuk mengetahui apakah terdapat hubungan kesungguhan latihan olahraga yang dilakukan

bagi peningkatan penyembuhan dan efek psikis penderita pasca stroke, dan apakah terdapat hubungan intensitas latihan olahraga yang digunakan dengan peningkatan penyembuhan dan efek psikis penderita pasca stroke di tempat fisioterapi rumah sakit se-kabupaten Pati.

METODE

Penelitian ini termasuk penelitian survei, yang hendak menyelidiki suatu realita atau gejala yang sudah terjadi atau sedang terjadi. Dasar penelitian ini menggunakan langkah diskriptif dengan jenis penelitian korelasi.

Adapun variabel independen atau bebas dalam suatu penelitian ini adalah latihan olahraga yang dibagi atas kesungguhan latihan dan intensitas latihan. Dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah dampak yaitu terhadap penyembuhan penderita pasca stroke dibagi atas efek psikis dan peningkatan penyembuhan. Dalam penelitian ini pengambilan sampel menggunakan teknik *total sample*. Teknik ini dilakukan mendasarkan diri pada jumlah yang ada keseluruhan dalam populasi. Populasi adalah seluruh subyek penelitian (Suharsimi Arikunto, 2010:173). Dari populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita pasca stroke yang telah ditangani di tempat fisioterapi rumah sakit yang berada dalam wilayah kabupaten Pati sebanyak 30 orang. Sampel yang akan diambil merupakan kelompok umur lebih dari 45 tahun dan penderita minimal telah melewati masa rawat jalannya selama dua bulan pertama.

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di tempat fisioterapi rumah sakit yang berada di wilayah kabupaten Pati yaitu KSH (Keluarga Sehat Hospital) dan Rumah Sakit Umum Soewondo Pati. Penelitian ini dibagi dalam tiga tahap, tahap pertama peneliti melakukan perijinan penelitian, tahap kedua peneliti melakukan pengumpulan data, dan tahap ketiga melakukan analisis data dan menyusun laporan. Dalam pengumpulan data menggunakan angket langsung tipe pilihan, yaitu angket yang disampaikan langsung kepada responden untuk diminta informasi tentang pribadinya sendiri

dengan cara memilih salah satu jawaban yang telah disediakan. Dengan bentuk tipe pilihan *multiple choice*, yaitu jenis angket tipe pilihan yang disediakan alternatif jawaban-jawaban dalam tiap-tiap itemnya melebihi dua pilihan (Sumarsono, 2004). Tahap ketiga pengolahan data dengan teknik korelasi *product moment bivariat* menggunakan program komputasi SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) versi 22.

PEMBAHASAN

Karakteristik Para Penderita Pasca Stroke

Dalam hasil analisis data penelitian di Keluarga Sehat Hospital Pati dan RSUD Soewondo Pati tahun 2013 salah satunya memberikan gambaran dari beberapa informasi karakteristik para penderita pasca stroke. Karakteristik yang dimaksud yaitu: jenis kelamin, jenis stroke, dan derajat kelumpuhan. Prosentase mengenai jenis kelamin penderita pasca stroke akan dipaparkan pada tabel berikut.

Tabel 1. Jenis kelamin penderita pasca stroke

Jenis kelamin	Sampel (n = 30)	Persentase (%)
Laki-laki	20	66,7
Perempuan	10	33,3

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa dari 30 sampel, terdapat 20 sampel atau 66,7 % berjenis kelamin laki-laki dan terdapat 10 sampel atau 33,3 % berjenis kelamin perempuan.

Dan prosentase mengenai jenis stroke yang diderita penderita pasca stroke akan dipaparkan pada tabel berikut.

Tabel 2. Hasil analisis data jenis stroke

Jenis stroke	Sampel (n = 30)	Persentase (%)
Iskemik	23	76,7
Hemoregik	7	23,3

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari 30 sampel, sebanyak 23 sampel atau 76,7 %

penderita pasca stroke yang disebabkan karena iskemik, dan sisanya 7 sampel atau 23,3 % penderita pasca stroke yang disebabkan oleh hemoregik.

Selanjutnya, prosentase mengenai derajat kelumpuhan para penderita pasca stroke akan dipaparkan pada tabel berikut.

Tabel 3. Hasil analisis data derajat kelumpuhan penderita pasca stroke

Lama Stroke	Sampel (n = 30)	Persentase (%)
Derajat 1	0	0
Derajat 2	5	16,7
Derajat 3	13	43,3
Derajat 4	9	30
Derajat 5	3	10

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa dari 30 sampel, terdapat 5 sampel atau 16,7 % mengalami derajat 2 kelumpuhan sedang berat yaitu semisal berjalan dengan bantuan orang lain, terdapat 13 sampel atau 43,3 % mengalami derajat 3 kelumpuhan sedang yaitu semisal berjalan dengan tongkat, terdapat 9 sampel atau 30 % mengalami derajat 4 kelumpuhan ringan yaitu semisal mampu melakukan aktivitas sendiri tetapi tidak seperti sebelumnya, dan terdapat 3 sampel atau 10 % mengalami derajat 5 kelumpuhan yang hampir tidak terlihat.

Hubungan Antara Latihan Olahraga dengan Dampak Psikis dan Peningkatan Penyembuhan

Dalam hasil analisis data penelitian di Keluarga Sehat Hospital Pati dan RSUD Soewondo Pati tahun 2013, tujuan awal penelitian untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara latihan olahraga (kesungguhan latihan dan intensitas latihan) dengan dampak psikis dan peningkatan penyembuhan. Yang pertama adalah mengenai hubungan antara kesungguhan latihan olahraga yang dilakukan penderita pasca stroke dengan dampak psikis dan peningkatan penyembuhan yang didapatkan, akan dipaparkan pada tabel berikut.

Tabel 4. hubungan kesungguhan latihan olahraga dengan dampak psikis dan peningkatan penyembuhan.

Variabel (n = 30)	Dampak Psikis		Peningkatan Penyemba han	
	r	p	r	p
Kesungguhan Latihan	0,51	0,004*	0,25	0,182

*.Hubungan signifikan antara kesungguhan latihan dengan dampak psikis

Berdasarkan tabel 4 memperlihatkan terdapat hubungan antara kesungguhan latihan olahraga yang dilakukan dengan dampak psikis penderita pasca stroke ($r = 0,513$, $p = 0,004$). Dan tidak terdapat hubungan antara kesungguhan latihan olahraga yang dilakukan dengan peningkatan penyembuhan yang didapat penderita pasca stroke ($r = 0,251$, $p = 0,182$).

Selanjutnya, hasil analisis data penelitian yang kedua adalah mengenai hubungan antara intensitas latihan olahraga yang digunakan penderita pasca stroke dengan dampak psikis dan peningkatan penyembuhan yang didapat, akan dipaparkan pada tabel berikut.

Tabel 5. hubungan intensitas latihan olahraga dengan dampak psikis dan peningkatan penyembuhan

Variabel (n = 30)	Dampak Psikis		Peningkatan Penyemba han	
	r	p	r	p
Intensitas Latihan	0,248	0,187	0,246	0,190

Berdasarkan tabel 5 memperlihatkan tidak terdapat hubungan antara intensitas latihan olahraga yang digunakan dengan dampak psikis penderita pasca stroke ($r = 0,248$, $p = 0,187$). Dan tidak terdapat hubungan antara intensitas latihan olahraga yang digunakan dengan peningkatan penyembuhan yang didapat penderita pasca stroke ($r = 0,246$, $p = 0,190$).

Keberhasilan tujuan latihan olahraga penyembuhan yang dijalani para penderita pasca stroke tidak lepas dari peran unsur-unsur latihan olahraga tersebut. Unsur yang dimaksud

dipecah menjadi dua yaitu: 1) unsur kesungguhan latihan olahraga meliputi informasi jumlah penderita pasca stroke menjalani latihan olahraga di tempat fisioterapi rumah sakit maupun menggunakan tenaga fisioterapi luar jika menjalani. Dan dari keseluruhan penderita pasca stroke pada saat dirumah, mereka menjadikan latihan olahraga yang diibaratkan sebagai sebuah PR (pekerjaan rumah) yang hampir rutin dilakukan. 2) Unsur intensitas yang digunakan pada saat latihan olahraga meliputi gabungan antara informasi/data banyaknya bentuk latihan olahraga yang dilakukan dengan durasi waktu pada saat latihan olahraga di tempat fisioterapi rumah sakit maupun menggunakan tenaga fisioterapi luar (jika menjalani). Kedua unsur diatas akan berpengaruh penting terhadap tujuan latihan olahraga penyembuhan yaitu efek terhadap psikisnya dan tentu hasil peningkatan penyembuhan yang didapat. Dampak psikis yang dimaksud adalah tingkat stres, perasaan jenuh, dan perasaan senang. Sedangkan peningkatan penyembuhan yang didapat adalah tentu kesehatannya, pada penderita pasca stroke kelumpuhan anggota tubuhnya menjadi berkurang akibat serangan stroke tertentu.

Pada hasil analisis data penelitian yang didapat pada unsur pertama, antara kesungguhan latihan olahraga dengan dampak psikis penderita pasca stroke setelah melakukan latihan olahraga menunjukkan hasil angka koefisien korelasi positif dengan interpretasi sedang, dan memperlihatkan signifikansi korelasi. Artinya dimana penderita pasca stroke semakin tinggi kesungguhan latihan olahraganya, maka akan semakin tinggi pula mendapatkan dampak yang positif terhadap psikisnya dan memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan. Sedangkan antara kesungguhan latihan olahraga dengan peningkatan penyembuhan yang didapat menunjukkan hasil angka koefisien korelasi positif dengan interpretasi rendah, dan tidak memperlihatkan signifikansi korelasi. Artinya dimana penderita pasca stroke didalam menjalani program latihan olahraga semakin bersungguh-sungguh, peningkatan yang

diperoleh akan semakin mudah pula didalam proses penyembuhan anggota-anggota tubuh yang lumpuh akibat serangan stroke, akan tetapi tidak memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan.

Pada hasil analisis data penelitian yang didapat pada unsur kedua, hubungan unsur intensitas yang digunakan pada saat latihan olahraga dengan dampak psikis penderita pasca stroke setelah melakukan latihan olahraga menunjukkan hasil angka koefisien korelasi positif dengan interpretasi rendah, dan tidak memperlihatkan signifikansi korelasi. Artinya dimana intensitas latihan olahraga yang digunakan semakin baik terutama pemanfaatannya, maka dalam memperoleh dampak terhadap psikis juga semakin baik pula, akan tetapi tidak memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan. Sedangkan hubungannya antara intensitas latihan olahraga dengan peningkatan yang didapat menunjukkan hasil angka koefisien korelasi positif dengan kategori rendah, dan tidak memperlihatkan signifikansi korelasi. Artinya dimana dalam memanfaatkan penggunaan intensitas latihan olahraga yang baik, sehingga peningkatan kondisi dibagian tubuh yang dilatih akan berdampak positif yakni semakin mudah mendapatkan hasil atau peningkatan yang semakin baik dalam proses penyembuhannya, akan tetapi tidak memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan.

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa hubungan antara variabel independen (latihan olahraga) dengan variabel dependen (dampak / terhadap proses penyembuhan) yakni peningkatan yang didapat dan efek psikis menunjukkan hasil koefisien korelasi yang sama-sama positif. Artinya dimana latihan olahraga yang dilakukan penderita pasca stroke mendukung terhadap dampak psikis dan perkembangan peningkatan kesehatan dalam proses penyembuhan. Dengan interpretasi koefisien korelasi masih tergolong rendah, disebabkan karena dalam proses penyembuhannya dalam mendapatkan peningkatan memang relatif lama. Apalagi dilihat dari faktor umur yang semakin tua, maka

pemulihan untuk fungsi anggota tubuh yang lupuh juga menjadi lambat, karena semakin tua umur seseorang jika dilihat dari fungsi sensori dan motorinya akan semakin menurun. Psikis yang dirasakan pada saat melakukan ataupun setelah melakukan latihan olahraga bila semakin bersemangat dan menikmati benar latihan olahraga, psikis penderita pasca stroke akan merasa lebih positif karena perasaan senang, kesegaran tubuh yang akan dirasakan, sehingga kejenuhan dan stres dalam pikiran menjadi terlupakan.

Kesungguhan merupakan tahapan kepentingan sesuatu yang seseorang benar-benar ingin capai. Suatu sikap yang diambil dan diterapkan dalam melakukan suatu hal dengan semaksimal mungkin. Seorang penderita pasca stroke tentunya penerapan sikap kesungguhan diterapkan kedalam saat melakukan latihan olahraga dengan semaksimal mungkin. Serta berusaha memunculkan rasa keyakinan yang tinggi memperoleh kesembuhan walaupun sebelumnya sudah mengetahui proses yang diperlukan lumayan cukup lama. Kesungguhan akan menjadi lengkap jika disertai dengan aplikasi yang baik, sehingga mudah dalam tercapainya tujuan. Aplikasi yang baik tersebut bagi penderita pasca stroke yakni berupa latihan olahraga. Didalam latihan olahraga terdapat intensitas latihan sebagai pengatur bagaimana proses latihan dijalankan. Intensitas merupakan ukuran yang menunjukkan kualitas suatu rangsang yang diberikan selama latihan berlangsung berupa aktivitas gerak. Intensitas latihan merupakan komponen kualitatif yang mengacu pada jumlah kerja yang dilakukan dalam suatu unit waktu tertentu. Semakin banyaknya kerja yang dilakukan dan semakin lama waktu digunakan, semakin tinggi intensitas kerjanya. menentukan intensitas dalam latihan olahraga penyembuhan bagi penderita pasca stroke, penting dalam menunjang keberhasilan latihan. Sehingga tujuan awal selama menjalani latihan olahraga penyembuhan ikut tercapai hasil maksimal dan tidak menjadi sia-sia belaka.

Salah satu tujuan terpenting lainnya yang diharapkan para penderita pasca stroke

dalam menjalani latihan olahraga yaitu menuju keunsur-unsur psikis menjadi positif. Biasanya seseorang yang menderita fisik terlalu lama seringkali mempengaruhi kondisi psikisnya. Pada saat menjalani maupun setelah melakukan latihan olahraga, unsur psikis yang ditimbulkan menjadi lebih terlihat jika keberhasilan dari salah satu tujuan itu tercapai. Peningkatan kondisi sangatlah hal yang ditunggu bagi keluarga khususnya si penderita pasca stroke sendiri. Panjangnya proses yang dijalani merupakan suatu rintangan yang harus dilalui. Melakukan latihan olahraga berkelanjutan adalah seperti kewajiban jika menginginkan hasil yang lebih baik. Hubungan antara kesungguhan berlatih dengan bagusnya pemanfaatan intensitas latihan bisa menjadikan pedoman dalam proses penyembuhannya. Tetapi kembali lagi bagaimana semangat berjuang untuk sembuh atau kebulatan tekad yang tinggi dari penderita pasca stroke diaplikasikan kedalam bentuk latihan olahraga yang baik, akan mendapatkan hasil yang lebih mudah, cepat dan maksimal.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan yaitu antara variabel independen faktor kesungguhan latihan olahraga dengan variabel dependen faktor dampak psikis, menunjukkan angka koefisien korelasi positif, akan interpretasinya sedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Doshi, V. S. et al. 2003. Complications in Stroke Patients: A Study Carried out at The Rehabilitation Medicine Service, Changi General Hospital. *Singapore Med J.* 44/12: 643-652.
- Gordon, N. F. 2002. *Stroke: Panduan Latihan Lengkap* (2th Ed). Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- H.M Sonny Sumarsono. 2004. *Metode Riset Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sugiyono. 2007. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Yastorki. 2007. *Angka Kejadian Stroke Meningkat Tajam*. [Http://www.yastroki.com](http://www.yastroki.com) [accessed 14/03/2013].