

**PENGARUH LATIHAN DUDUK TERHADAP
KEMAMPUAN FUNGSIONAL SAAT DUDUK
BERDASARKAN *FUNCTION IN SITTING TEST* (FIST)
PADA PASIEN STROKE FASE SUB AKUT**

RINA KATHARINA, VITRIANA, MARIETTA SHANTI

Departemen Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Universitas Padjajaran, Bandung

Abstrak : Stroke merupakan gangguan peredaran darah di otak secara tiba-tiba yang mengakibatkan timbulnya berbagai manifestasi klinis, salah satunya adalah gangguan pada komponen sensorik dan motorik yang menyebabkan gangguan sistem kontrol postur sehingga tidak mampu mempertahankan keseimbangan tubuh pada posisi tertentu. Pasien stroke menunjukkan pada posisi duduk sebagian besar beban tubuh bertumpu pada sisi yang lebih kuat (asimetris) menyebabkan keterlambatan aktivitas otot dan pembentukan gerakan yang mempengaruhi stabilitas serta respon kecepatan keseimbangan tubuh sehingga dapat mengakibatkan gangguan kemampuan fungsional saat duduk. Parameter yang spesifik untuk mengukur kemampuan fungsional saat duduk dapat digunakan *Function In Sitting Test* (FIST). Penelitian intervensional rancangan acak sederhana dan single blind dengan pengamatan latihan duduk yang dilakukan dengan durasi 60 menit dan frekuensi 3 kali perminggu selama 4 minggu ini menganalisa data 24 subyek penelitian berdasarkan *consecutive sampling* yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi untuk mengetahui apakah latihan duduk dapat meningkatkan kemampuan fungsional saat duduk pada pasien stroke fase subakut. Subyek penelitian dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan (n=12) yang diberi latihan duduk serta kelompok kontrol (n=12) yang diberi latihan duduk *sham*. Kemampuan fungsional saat duduk kemudian diukur berdasarkan FIST pasca latihan pada minggu ke-1, ke-2, ke-3 dan ke-4. Hasil penelitian menunjukkan perbedaan bermakna dalam kemampuan fungsional saat duduk berdasarkan FIST antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol mulai pada minggu kedua ($p=0,001$), minggu ketiga ($p<0.001$) dan minggu keempat ($p<0,001$). Penelitian ini memberikan kesimpulan bahwa latihan duduk dapat meningkatkan kemampuan fungsional saat duduk berdasarkan FIST pada pasien stroke fase subakut.

Kata kunci : FIST, Kemampuan fungsional saat duduk, Latihan duduk dan Stroke fase subakut

*THE EFFECT OF SITTING TRAINING TOWARDS FUNCTIONAL
ABILITY WHILE SITTING BASED ON FUNCTION IN SITTING TEST (FIST) IN
SUBACUTE PHASE OF STROKE PATIENTS*

Abstract : Stroke is a circulatory disorders in the brain that lead to sudden onset of clinical manifestations, one of which is a disorder of the sensory and motor components that cause disruption of posture control system that the body is not able to maintain balance at a specific position. Stroke patients showed most of the body weight rests on the stronger side (asymmetrical) in the sitting position causing delays muscle activity and movement formation that affects the stability and response of the body that the balance can result in impaired functional ability while sitting. The specific parameters to measure the functional abilities while sitting can be used Function In Sitting Test (FIST) . The interventional study with simple randomized design and single blind observation sitting training performed with the duration and frequency of 60 minutes 3 times per week for 4 weeks and analyzed data of 24 subjects based on consecutive sampling that meet the inclusion and exclusion criteria to determine whether sitting training can improve functional ability while sitting on the subacute phase of stroke patients. The study subjects were divided into 2 groups: the experimental group (n=12) were given sitting training and control group (n=12) were given sham sitting training. Functional ability while sitting then measured based on FIST post training at 1st week, 2nd, 3rd and 4th. The Results showed significant differences in functional ability while sitting based on FIST between the experimental and control groups starting at the second week ($p=0.001$), the third week ($p<0.001$) and fourth week ($p<0.001$). Conclusion : Sitting Training can improve functional ability while sitting based on FIST in subacute phase of stroke patients..

Keywords: FIST, Functional sitting ability, Sitting training and Subacute stroke