

**UJIAN PRAKTIKUM**  
**SISTEM SARAF PUSAT (SSP)**



Oleh :

Cindera Karina Duha

1810301064 / 6B

**Fakultas Kesehatan Program**  
**Studi Fisioterapi**  
**Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta**  
**Tahun 2021**

## Ujian Praktikum Modul SSP

1. apakah yang maksud penyakit stroke? apa saja program latihan fisioterapi pada kondisi stroke?

Menurut World Health Organization (WHO) stroke didefinisikan suatu gangguan fungsional otak yang terjadi secara mendadak dengan tanda dan gejala klinik baik fokal maupun global yang berlangsung lebih dari 24 jam, atau dapat menimbulkan kematian, disebabkan oleh gangguan peredaran darah otak. Sebagian besar kasus dijumpai pada orang-orang yang berusia di atas 40 tahun. Makin tua umur, resiko terkena stroke semakin besar (Aliah dkk., 2007).

Pelatihan ROM (Range of Motion) adalah latihan gerak sendi yang memungkinkan terjadinya kontraksi dan pergerakan otot, dimana klien menggerakkan masing-masing persendiannya sesuai gerakan normal baik secara aktif ataupun pasif.

### a. Latihan Aktif ROM

Merupakan latihan gerak yang dilakukan dengan menggerakkan masing-masing persendian sesuai dengan rentang gerak normal. Sendi yang digerakkan meliputi seluruh sendi dari kepala sampai ujung kaki secara aktif.

### b. Latihan Pasif ROM

Merupakan latihan pergerakan fisioterapis yang menggerakkan persendian pasien sesuai dengan rentang gerakannya.



### 3. Latihan fisik berupa genggam bola (Ball Grasping Therapy)

Sebelum melakukan terapi baiknya dianjurkan penderita untuk pemanasan berupa menggerakkan siku mendekati lengan atas (fleksi), meluruskan kembali lengan atas (ekstensi).

a. Ball grip (wrist up): Pegang bola di telapak tangan. Buka tangan sehingga menghadap ke atas. Genggam kuat bola di telapak tangan tahan dan rileks. Ulangi kembali.

b. Ball grip (wrist down): Pegang bola di telapak tangan. Balikkan tangan sehingga menghadap ke bawah. Remas bola di telapak tangan. Tahan dan rileks. Ulangi kembali.

c. Pinch: Tempatkan bola di antara ibu jari dan jari telunjuk. Remas bersama. Tahan dan rileks

d. Thumb extend: Tempatkan bola di antara ibu jari yang tertekuk dan dua jari di tangan yang sama. Menggulirkan bola, rentangkan dan luruskan ibu jari.

- e. Opposition: Tempatkan bola di telapak tangan. Pertahankan antra ibu jari dan jari saat sedang berlatih. Rapatkan ibu jari dan jari. Pegang dan rilekskan tangan.
- f. Extend out: Tempatkan bola di atas meja. Letakkan ujung jari di atas bola. Gulung bola ke luar di atas meja.
- g. Side-Squeeze: Tempatkan bola di antara dua jari mana pun. Rapatkan kedua jari tersebut. Tahan dan rileks
- h. Finger bend: Letakkan bola di telapak tangan dengan jari ditekan ke dalam bola. Dorong jari ke dalam bola saat anda menekuk jari. Tahan lalu rileks



2. apakah yang di maksud penyakit vertigo? apa saja program latihan fisioterapi pada kondisi vertigo?

Vertigo ialah adanya sensasi gerakan atau rasa gerak dari tubuh seperti rotasi(memutar) tanpa sensasi peputaran yang sebenarnya, dapat sekelilingnya terasa berputar atau badan yang berputar.

Vertigo berasal dari bahasa latin “vertere” yaitu memutar. Vertigo termasuk dalam gangguan keseimbangan yang dinyatakan sebagai pusing, pening,sempoyongan, rasa seperti melayang atau dunia seperti berjungkir balik.

Vertigo seringkali berhubungan dengan kelainan di otak atau di telinga dalam.

Program Latihan :

Tipe latihan tergantung dari temuan pada masing masing pasien selama evaluasi pemeriksaan.

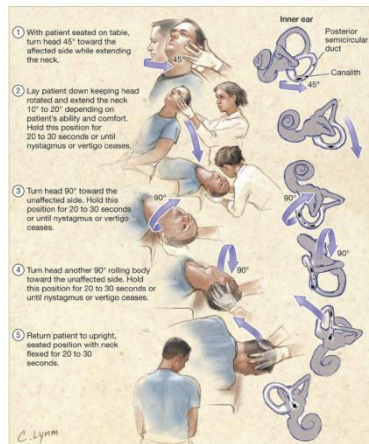
- Beberapa latihan ditujukan untuk keseimbangan,
- Beberapa membantu memulihkan perbedaan sinyal otak dengan sistem keseimbangan di telinga bagian dalam, dan
- Beberapa meningkatkan kemampuan fokus penglihatan/mata.
- Pada kasus tertentu seperti pada vertigo posisional (BPPV) fisioterapis akan melakukan terapi maneuver yang bertujuan menghilangkan gangguan pada telinga dalam.

Beberapa contoh tipe latihan fisioterapi vestibular:

- Cawthorne-Cooksey exercises

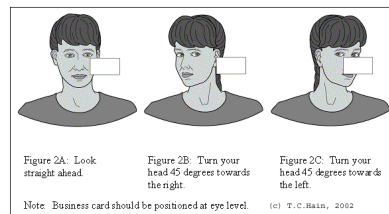
Ini adalah aktifitas group yang progresnya dari gerakan kepala yang simpel ke gerakan kepala yang kompleks, aktivitasnya misalnya melempar bola. Keuntungan utama

Cawthorne Cooksey exercises adalah mudah dan sangat efektif.



• Gaze Stabilization Exercises

Latihan khusus untuk bilateral dan unilateral vestibular yang disebabkan vestibular neuritis atau pasien tumor Nerve ke 8



• Visual Dependence Exercises

Tujuannya adalah mengurangi "visual dependency", pada situasi dimana akan lebih baik menggunakan somatosensori atau input vestibular

• Somatosensory Dependence Exercises

Pasien melatih menjaga keseimbangan pada situasi dimana input somatosensori (ankle dan tekanan) tidak bisa diandalkan atau tidak ada. Input somatosensori dapat dikurangi menggunakan tilt-boards, foam, atau hanya jalan di pasir pantai. Pasien dipaksa melakukan latihan yang menantang mereka untuk recalibrasi dan lebih mengandalkan input vestibular atau sensori visual.

• Otolithic Recalibration Exercises

Pantulan pada Swiss balls atau "mini-tramps" membantu membangun reflek otolith-ocular dan reflek otolith-postural.

• Ocular Tracking Exercises

Pasien dipaksa mengikuti obyek yang bergerak berlawanan gerakan kepala, umumnya pasien yang mengerakkan sendiri. Prosedur ini menantang pasien menggunakan "visual tracking" dan "vestibular stabilization" secara bersamaan.

**Metode Brandt-Daroff**



- Pasien duduk tegak di tepi tempat tidur dengan tungkai tergantung, lalu tutup kedua mata dan berbaring dengan cepat ke salah satu sisi tubuh, tahan selama 30 detik,
- kemudian duduk tegak kembali. Setelah 30 detik baringkan tubuh dengan cara yang sama ke sisi lain, tahan selama 30 detik, kemudian duduk tegak kembali.
- Latihan ini dilakukan berulang (lima kali berturut-turut) pada pagi dan petang hari sampai tidak timbul vertigo lagi.
- Latihan lain yang dapat dicoba ialah latihan visual- vestibular, berupa gerakan mata melirik ke atas, bawah kiri dan kanan mengikuti gerak obyek yang makin lama makin cepat, kemudian diikuti dengan gerakan fleksi-ekstensi kepala berulang dengan mata tertutup, yang makin lama makin cepat.
- Terapi kausal tergantung pada penyebab yang ditemukan.