

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 3 No. 1	Edition: Desember 2022 – Maret 2023
	<a href="http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPh">http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPh</a>	
Received :02 Desember 2022	Revised: 17 Desember 2022	Accepted: 18 Desember 2022

## EDUKASI MIRROR THERAPY TERHADAP PENINGKATAN KEKUATAN OTOT PADA PASIEN POST STROKE DI DESA TALUN KENAS DELI SERDANG

### Mirror Therapy Education On Improving Muscle Strength In Post Stroke Patients In Talun Kenas Village Deli Serdang

**Zuliawati Zuliawati<sup>1</sup>, Reisy Tane<sup>2</sup>, Daniel Suranta Ginting<sup>3</sup>, Meta Rosaulina<sup>4</sup>, Siti Marlina<sup>5</sup>,  
Rini Debora Silalahi<sup>6</sup>, Joko Sutejo<sup>7</sup>, Maria Hermita Manik<sup>8</sup>**

<sup>1-8</sup>Prodi Keperawatan Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

e-mail : [zuliawatiwati@yahoo.com](mailto:zuliawatiwati@yahoo.com)<sup>1</sup>, [reisyane1@gmail.com](mailto:reisyane1@gmail.com)<sup>2</sup>, [danielsuranta95@gmail.com](mailto:danielsuranta95@gmail.com)<sup>3</sup>,  
[hutagalungmeta04@gmail.com](mailto:hutagalungmeta04@gmail.com)<sup>4</sup>, [sitimarlina090@gmail.com](mailto:sitimarlina090@gmail.com)<sup>5</sup>, [rinisilalahi19@gmail.com](mailto:rinisilalahi19@gmail.com)<sup>6</sup>,  
[sutejo.djoko@gmail.com](mailto:sutejo.djoko@gmail.com)<sup>7</sup>, [hermitamaria@yahoo.co.id](mailto:hermitamaria@yahoo.co.id)<sup>8</sup>

#### Abstract

*Stroke sufferers generally experience motor disorders, where the most typical symptom is damage or death of brain tissue which can cause symptoms of disability in the form of hemiparesis of limbs or weakness of extremity muscles which can cause limitations in mobilization. The intervention given can be in the form of range of motion exercises using mirror therapy (mirror therapy) to increase muscle strength by including the perception of visual illusions to increase the movement of limbs experiencing hemiparesis. The purpose of this community service activity is to find out the benefits of mirror therapy on increasing muscle strength in respondents with post stroke. The service was carried out on 18 respondents who experienced post stroke. The service implementation team demonstrated how to perform mirror therapy in Talun Kenas village, Deli Serdang. The team made a home visit to assess the development of muscle strength in the elderly with post-stroke. The evaluation of the service program went well. There were 12 respondents who asked about the extension material. Mirror therapy counseling is very important for someone who has hemiparesis in the extremities.*

**Keywords:** *Mirror Therapy, Muscle Strength, Post Stroke*

#### Abstrak

*Penderita stroke umumnya mengalami gangguan motorik, dimana gejala yang paling khas yaitu rusak atau matinya jaringan otak yang dapat menimbulkan gejala kecacatan berupa hemiparesis anggota tubuh atau kelemahan otot ekstremitas yang dapat menyebabkan keterbatasan dalam mobilisasi. Intervensi yang diberikan dapat berupa latihan rentang gerak dengan menggunakan media cermin (mirror therapy) untuk meningkatkan kekuatan otot dengan mengikut sertakan persepsi ilusi visual untuk meningkatkan gerakan anggota tubuh yang mengalami hemiparesis. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ingin mengetahui manfaat mirror therapy terhadap peningkatan kekuatan otot pada responden dengan post stroke. Pengabdian dilakukan pada 18 responden yang mengalami post stroke. Tim pelaksanaan pengabdian mendemonstrasikan cara melakukan tindakan mirror therapy di desa Talun Kenas Deli Serdang. Tim melakukan kunjungan rumah untuk mengkaji perkembangan kekuatan otot lansia dengan post stroke. Evaluasi program pengabdian berjalan dengan baik. Terdapat 12 responden menanyakan terkait materi penyuluhan. Penyuluhan mirror therapy sangatlah penting dilakukan pada seseorang yang mengalami hemiparesis pada bagian ekstemitas.*

**Kata Kunci :** *Mirror Therapy, Kekuatan Otot, Post Stroke*

## 1. PENDAHULUAN

Penyakit kematian kedua di dunia adalah penyakit stroke. Setiap tahun di dunia penyakit stroke merupakan 10% dari 55 juta kematian di seluruh dunia. Jumlah orang yang meninggal karena stroke meningkat dari 5,29 juta menjadi 6,17 juta antara tahun 2007 dan 2017. Di Amerika Serikat, Dari 780.000 stroke yang terjadi setiap tahun (satu dalam setiap 40 detik), 150.000 orang meninggal (satu dalam setiap 4-3 menit). Menurut *World Health Organization* (WHO), akan ada 30% peningkatan kejadian stroke di Uni Eropa antara tahun 2000 dan 2025 (Ashrafi et al., 2022).

Defisit neurologis merupakan kondisi yang dialami oleh pasien dengan stroke, adanya sumbatan lumen pada pembuluh darah yang berdampak pada gangguan vaskularisasi di otak yang dapat berdampak terhadap terjadinya kelemahan pada ekstremitas. Adanya gangguan pada *control volunter* dapat menyebabkan gangguan pada fungsi mobilitas fisik, ditandai dengan adanya disfungsi motorik (Sari et al., 2015 dalam Maisyaroh et al., 2021). Penurunan sistem neuron dapat menimbulkan penurunan fungsi gerak, proses pikir, bicara tremor serta kekakuan, hal ini jika tidak ditangani dapat menimbulkan kecacatan permanen (Maisyaroh et al., 2021).

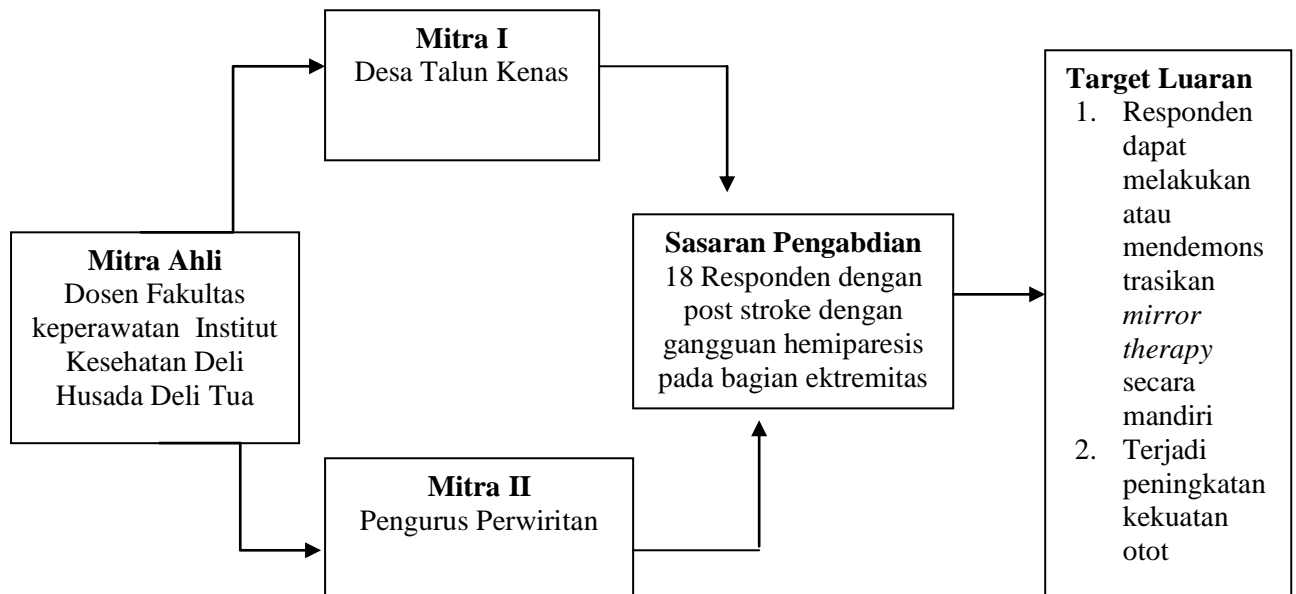
Gangguan pergerakan pada ekstremitas merupakan kondisi yang sering dialami oleh pasien dengan stroke, hal ini berkaitan dengan gangguan vaskularisasi. Komplikasi yang dapat terjadi yaitu kelumpuhan pada area wajah atau anggota badan sebelah atau lebih anggota badan, kondisi ini dapat timbul secara tiba-tiba. Tindakan intervensi yang dapat dilakukan salah satunya dengan tindakan non farmakologi untuk mengatasi kelemahan (*hemiparese*) pada otot yaitu dengan *mirror therapy*. Tindakan *mirror therapy* digunakan dengan melibatkan ilusi pandangan pada cermin, dengan merangsang stimulus visual di otak, sehingga akan berpengaruh terhadap peningkatan fungsi motorik ekstremitas (Thalib & Dimara, 2022). Dengan demikian, terapi latihan rentang gerak dengan menggunakan media cermin (*mirror therapy*) dapat meningkatkan status fungsional pada sensori motorik. Terapi cermin ini sangat mudah untuk dilakukan, tanpa membebani pasien (Lesmana, et al, 2018).

Terapi cermin ini dapat sebagai terapi dalam proses pemulihan fungsi motorik yang mengalami kelemahan (Wakhidah et al., 2019 dalam Suwaryo, Levia & Waladani, 2021). Pasien yang menggerakkan ekstremitas atas sambil melihat pantulannya di cermin (yang di posisikan di depan tangan yang sakit) sehingga menimbulkan ilusi seakan-akan tangan yang lemah akan dapat bergerak normal (Yun et al., 2011). Berdasarkan masalah di atas, maka dilakukan penyuluhan tentang edukasi *mirror therapy* terhadap peningkatan kekuatan otot pada pasien post stroke di desa Talun Kenas Deli Serdang.

## 2. METODE

Proses pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan hubungan kemitraan dengan kader posyandu di desa Talun Kenas. Dalam proses pelaksanaan kemitraan, dilaksanakan kegiatan penyuluhan tentang edukasi *mirror therapy* pada pasien yang mengalami kelemahan pada kekuatan otot pada pasien post stroke di desa Talun Kenas Deli Serdang. Tim pelaksana yaitu dosen dan dibantu oleh mahasiswa prodi S1 Keperawatan Fakultas Keperawatan Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua.

**Gambar 1.** Bagan Model Kemitraan Pengabdian Kepada Masyarakat



### 3. HASIL

#### a. Mitra

Mitra pengabdian masyarakat pengurus perwiritan desa Talun Kenas. Penyuluhan dilakukan di rumah masing-masing responden dengan mendatangi rumah masing-masing responden.

#### b. Lokasi

Lokasi pelaksanaan pengabdian di Desa Talun Kenas Deli Serdang. Angka kejadian penyakit stroke tinggi di desa tersebut.

#### c. Tim pelaksana

Pelaksanaan pengabdian dilaksanakan oleh ketua tim dan 6 anggota, serta melibatkan 2 orang mahasiswa Prodi S1 Keperawatan Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua. Setiap anggota pengabdian memiliki tugas dan tanggung jawabnya masing-masing.

#### d. Kegiatan

Pengabdian dilaksanakan dengan tahap pengenalan diri kepada responden sebagai peserta penyuluhan. Sebelum dilaksanakan penyuluhan, penyuluh memberikan pertanyaan kepada peserta penyuluhan terkait pemahaman responden terkait penyakit stroke. Topik materi yang disampaikan oleh tim tentang pengertian stroke, tanda dan gejala stroke, komplikasi stroke dan mendemonstrasikan *mirror therapy* ke pada responden yang mengalami hemiparesis pada ekstremitas dengan tujuan untuk meningkatkan kekuatan otot pada pasien post stroke. Kegiatan pelaksanaan penyuluhan dilaksanakan dalam waktu 45 menit, yaitu sesi pendahuluan dilaksanakan selama 5 menit, kegiatannya berupa perkenalan dari tim, penyampaian materi dilaksanakan selama 10 menit, pelaksanaan demonstrasi *mirror therapy* dilaksanakan selama 15 menit, sesi tanya jawab dilaksanakan selama 10 menit dan 5 menit penutup.

#### e. Evaluasi

Telah terlaksana kegiatan penyuluhan yang dilaksanakan secara kondusif sesuai dengan rencana pengabdian. Responden tampak dapat mendemonstrasikan *mirror therapy* dengan baik. Selama proses penyuluhan berlangsung antusias responden sangat baik dalam mengikuti proses kegiatan penyuluhan. Hal ini dibuktikan ada 12 orang yang bertanya terkait penyakit stroke.

#### 4. KESIMPULAN

Penyuluhan tentang *mirror therapy* sangat penting untuk diterapkan sebagai kegiatan dalam penatalaksanaan peningkatan kekuatan otot pasien yang mengalami riwayat post stroke di komunitas. Sehingga responden tahu cara penatalaksanaan peningkatan kekuatan otot post stroke dengan demikian responden dengan post stroke dapat meningkatkan kualitas hidupnya.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ashrafi, S., Shabaani Mehr, M., Khaleghdoost Mohammadi, T., Jafroudi, S., & Kazemnezhad Leyli, E. (2022). Effect of Mirror Therapy on the Motor Recovery in Patients After Stroke: A Randomized Clinical Trial. *Iranian Rehabilitation Journal*, 20, 65-78.
- Lesmana, et. al. (2021). Efektifitas Mirror Therapy Terhadap Peningkatan Otot Pada Pasien Post Stroke. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah Vol. 4 Bulan Mei Tahun 2021*, 3. ISSN 2338.
- Maisyaroh, A., Azizah, K. N., Abdillah, A., & Fibriansari, R. D. (2021). Efektivitas mirror therapy terhadap peningkatan kekuatan otot pada pasien post stroke: Literatur Review. *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 4(1), 13-24.
- Suwaroyo, P. A. W., Levia, L., & Waladani, B. (2021). Penerapan Terapi Cermin Untuk Meningkatkan Kekuatan Otot Pada Pasien Stroke Non Hemoragik. *Journal of Borneo Holistic Health*, 4(2), 127-135.
- Thalib, A. H. S., & Dimara, H. (2022). EFEKTIFITAS MIRROR THERAPY TERHADAP PENINGKATAN KEKUATAN OTOT PADA PASIEN POST STROKE: LITERATURE REVIEW. *IMJ (Indonesian Midwifery Journal)*, 5(1), 11-15.
- Yun, G. J., Chun, M. H., Park, J. Y., & Kim, B. R. (2011). The synergic effects of mirror therapy and neuromuscular electrical stimulation for hand function in stroke patients. *Annals of Rehabilitation Medicine*, 35(3), 316–321. <https://doi.org/10.5535/arm.2011.35.3.316>