

**PENGARUH *WEIGHT-BEARING EXERCISE* (WBE)
TERHADAP PENINGKATAN TONUS OTOT PADA PASIEN
PASCA STROKE**

SKRIPSI

**Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik**



Oleh :

MUHAMMAD SULTHONIL ADZIM

NIM. 2022080004

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS GRESIK**

2026

PENGARUH *WEIGHT-BEARING EXERCISE* (WBE)

TERHADAP PENINGKATAN TONUS OTOT PADA PASIEN

PASCA STROKE

SKRIPSI

Disusun guna memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik



Oleh :

MUHAMMAD SULTHONIL ADZIM

NIM. 2022080004

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS GRESIK

2026

PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING

Judul Skripsi : Pengaruh *Weight-Bearing Exercise* (WBE) Terhadap
Peningkatan Tonus Otot Pada Pasien Pasca Stroke

Nama Mahasiswa : Muhammad Sulthonil Adzim

NIM : 2022080004

Telah selesai dilakukan bimbingan dan dinyatakan layak memenuhi syarat dan
menyetujui untuk di Uji pada tim penguji Tugas Akhir pada Program Studi
Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Gresik.

Gresik, 10 Juni 2026

Pembimbing I

Pembimbing II



Ahmad Hasan Basri, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 10710202024233



Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY. 10710202024236

Mengetahui,
Ketua Program Studi,



Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY. 10710202024236



BERITA ACARA BIMBINGAN

1. Nama : Muhammad Sulthonil Adzim
2. NIM : 2022080004
3. Fakultas : Ilmu Kesehatan
4. Program Studi : Ilmu Keperawatan
5. Program Pendidikan : Strata 1 (S-1)
6. Judul Skripsi : Pengaruh *Weight-Bearing Exercise* (WBE)
Terhadap Peningkatan Tonus Otot Pada Pasien Pasca Stroke
7. Pembimbing I : Ahmad Hasan Basri, S.Kep.,Ns.,M.Kep
8. Pembimbing II : Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep., Ns., M.Kep
9. Konsultasi : Skripsi

Tanggal	Materi Konsultasi	Paraf Pembimbing I	Paraf Pembimbing II
29-11-2025	- Judul - Latar belakang - Skala - Studi Pendahuluan -		
07-12-2025	- Bab 1 revisi - Bab 2 - Bab 3		
12-12-2025	- Revisi bab 2 dan 3 -		
13-12-2025	- Bab 4 - Uji Validitas		
17-12-2025	- Kuesioner - Draft artikel		
19-12-2025	- Konsul Hasil - SPSS		

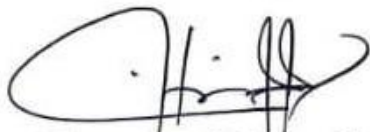
13-05-2026	- Bimbingan bab 5 - Revisi data khusus - Revisi pembahasan		
20-05-2026	- Keterbatasan penelitian - Revisi bab 6 - Lampiran		
25-05-2026	- Penulisan jurnal - Revisi lampiran - Revisi foto		
03-06-2026	- Submit jurnal - Revisi abstrak		
08-06-2026	- Acc ujian		

10. Bimbingan Telah selesai pada tanggal : 08 Juni 2026

11. Telah Memenuhi syarat ujian yang akan dilaksanakan pada hari/tanggal :
02 Juli 2026

Gresik, 08 Juni 2026

Pembimbing I



Ahmad Hasan Basri, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 10710202024233

Pembimbing II



Natalla Christin Tiara Revita, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY. 10710202024236



Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY. 1071020202423

KELOMPOK STUDI
ILMU KEPERAWATAN

v



PENETAPAN TIM PENGUJI

Judul Skripsi : Pengaruh *Weight-Bearing Exercise* (WBE) Terhadap
Peningkatan Tonus Otot Pada Pasien Pasca Stroke

Nama Mahasiswa : Muhammad Sulthonil Adzim

NIM : 2022080004

Telah dipertahankan/diuji dihadapan Tim Penguji

Pada Tanggal : 02 Juli 2026

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GRESIK 2026

TIM PENGUJI :

Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 10710202007004
Anggota I

Ahmad Hasan Basri, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIPY. 107102020150131
Anggota II

Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.,Ns.,M.Kep 3
NIPY. 10710202024236
Anggota III

1.....

2.....

3.....



Mengetahui,
Dekan, Fakultas Ilmu Kesehatan,

Retno Twistiandayani, S.Kep., Ns., M.Kep
NIPY. 10710202007004

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Sulthonil Adzim
NIM : 2022080004
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Ilmu Keperawatan
Jenjang : Strata 1 (S-1)
Judul Skripsi : Pengaruh *Weight-Bearing Exercise* Terhadap Peningkatan Tonus Otot Pada Pasien Pasca Stroke.

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam naskah skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan orang lain untuk memperoleh gelar akademik disuatu perguruan tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar pustaka.

Apabila ternyata dalam naskah tugas akhir ini dapat dibuktikan unsur-unsur plagiasi saya bersedia skripsi ini digugurkan dan gelar akademik yang saya peroleh DIBATALKAN, serta diproses sesuai peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Gresik, 20 Juli 2026

Yang menyatakan



vii

Muhammad Sulthonil Adzim
NIM. 2022080004

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Sulthonil Adzim

NIM : 2022080004

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Rights*) atas skripsi yang berjudul : Pengaruh *Weight-Bearing Exercise* Terhadap Peningkatan Tonus Otot Pada Pasien Pasca Stroke.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti tersebut nama Fakultas berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Gresik, 20 Juli 2026

Yang menyatakan



Muhammad Sulthonil Adzim
NIM. 2022080004



SURAT KETERANGAN CEK PLAGIASI SKRIPSI

Pada hari Selasa tanggal 9 Juni 2026 Berdasarkan pengecekan skripsi dari Mahasiswa

Nama : Muhammad Sulthonil Adzim

NIM : 2022080004

Program Studi : Ilmu Keperawatan

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Judul Pengaruh Weight-Bearing Exercise Terhadap Peningkatan Tonus Otot Pada Pasien
Pasca Stroke

Hasil Cek Plagiasi 19%

Maka diputuskan bahwa dokumen skripsi mahasiswa bersangkutan dinyatakan "Lolos".

Pembimbing 1

Ahmad Hasan Basri, S.Kep.,Ns, M.Kep
NIPY. 107102020150131

Pembimbing 2

Natalia Christin Tiara Revia, S.Kep.,Ns,M.Kep
NIPY. 10710202024236



MOTTO

“Jadikan Kegagalan Menjadi Sebuah Kebijakan”

PERSEMBAHAN

Tiada lembar skripsi yang paling indah dalam laporan skripsi ini kecuali lembar persembahan, Bismillahirrahmanirrahim karya sederhana ini saya persembahkan untuk kedua orang tua saya yang sangat saya cintai, yang telah mendidik serta membimbing saya sehingga dapat sampai pada titik ini, yang telah mengajarkan saya banyak hal, yang selalu berjuang agar putranya mendapatkan gelar sarjana. Terimakasih yang tak terhingga telah mengajarkan pahit manisnya hidup.

Untuk Muhammad Sulthonil Adzim, ya! diri saya sendiri. Apresiasi yang sebesar besarnya yang telah berjuang untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai, sulit bisa bertahan sampai dititik ini. Terimakasih untuk tetap hidup dan merayakan dirimu sendiri, walaupun sering kali putus asa atas apa yang sedang diusahakan.

KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penyusunan proposal ini dapat terselesaikan dengan baik dengan judul “Pengaruh WEIGHT BEARING EXERCISE (WBE) Terhadap Peningkatan Tonus Otot Pada Pasien Pasca Stroke”. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik. Dalam penyusunan ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak. Untuk itu dalam kesempatan kali ini perkenankan penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. Rian Pramana Suwanda, S.STP., MHP., CHRMP selaku Rektor Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada kami untuk mengikuti pendidikan di Fakultas Kesehatan Program Studi Ilmu Keperawatan.
2. Hj. Retno Twistidayani, S.Kep., Ns.,M.Kep. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Program Studi Ilmu Keperawatan.
3. Ahmad Hasan Basri, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan dan arahan sehingga terselesaikan skripsi ini.
4. Natalia Christin Tiara Revita, S.Kep.,Ns.,M.Kep selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan pembimbing 2 yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas kepada kami untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di

Program Studi Ilmu Keperawatan.

5. Kedua orang tua saya, karena beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan dukungan berupa materi dan do'a hingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini.
6. Niswatin Khusuma Dwi, terimakasih telah memberi arahan dan menjadi rumah yang tidak hanya berupa bangunan dan bata ringan, tetapi menjadi tempat keluh kesah bagi penulis, juga telah memberikan semangat meskipun dengan marah-marah, tetapi penulis yakin itu semua demi kebaikan penulis.
7. Puskesmas Kebomas yang telah mengizinkan dan mendukung penulis untuk melakukan penelitian skripsi ini.
8. Bapak dan ibu responden yang telah bersedia membantu penulis untuk melakukan penelitian skripsi ini.
9. Diri saya sendiri yang sudah mampu berjuang dan bertahan hingga saat ini, yang bisa menempuh pendidikan ilmu keperawatan sesuai kemauan dan keinginan sendiri.

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberi kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Saya menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, tetapi saya berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi perkembangan ilmu keperawatan.

Gresik, 15 Juni 2026

Penulis

ABSTRAK

PENGARUH *WEIGHT-BEARING EXERCISE* TERHADAP PENINGKATAN TONUS OTOT PADA PASIEN PASCA-STROKE

Oleh : Muhammad Sulthonil Adzim

**Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas
Gresik**

Stroke adalah gangguan neurologis yang dapat menyebabkan penurunan fungsi motorik, salah satunya adalah penurunan tonus otot. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan dalam rehabilitasi pasien pasca-stroke adalah latihan beban *Weight-Bearing Exercise (WBE)*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan beban terhadap peningkatan tonus otot pada pasien pasca-stroke. Penelitian ini menggunakan desain *quasi-eksperimental* dengan pendekatan pretest-posttest dengan kelompok kontrol. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 19 responden pada kelompok perlakuan dan 19 responden pada kelompok kontrol. Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan skala tonus otot. Analisis data dilakukan dengan uji t berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum intervensi, sebagian besar responden berada pada kategori tonus otot rendah, dengan tingkat 2 sebanyak 10 orang (52,6%) dan tingkat 3 sebanyak 9 orang (47,4%). Setelah intervensi, terjadi peningkatan ke tingkat 4 sebanyak 12 orang (63,2%) dan tingkat 5 sebanyak 7 orang (36,8%). Nilai rata-rata meningkat dari 2,47 menjadi 4,37 dengan standar deviasi dari 0,513 menjadi 0,496. Hasil uji *paired t-test* berpasangan menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Latihan *Weight-Bearing Exercise (WBE)* secara signifikan meningkatkan kekencangan otot dan kemampuan fungsional pada pasien pasca-stroke dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak menerima intervensi. Temuan ini menyoroti peran penting latihan tersebut dalam merangsang pemulihan neuromuskular dan mendukung hasil rehabilitasi. Latihan *Weight-Bearing Exercise (WBE)* direkomendasikan sebagai pendekatan rehabilitasi yang efektif bagi pasien pasca-stroke; namun, diperlukan penerapan rutin, dukungan institusional, serta penelitian lebih lanjut untuk mengoptimalkan efektivitasnya dalam jangka panjang.

Kata kunci: Stroke, Tonus Otot, *Weight-Bearing Exercise*

ABSTRACT

THE EFFECT OF *WEIGHT-BEARING EXERCISE* ON IMPROVING MUSCLE TONE IN POST-STROKE PATIENTS

By : Muhammad Sulthonil Adzim

Department of Nursing, Faculty of Health Sciences, University of Gresik

Stroke is a neurological disorder that can cause a decline in motor function, one of which is a decrease in muscle tone. One of the interventions that can be carried out in the rehabilitation of post-stroke patients is *Weight-Bearing Exercise (WBE)*. This study aims to determine the effect of weight bearing exercise on the improvement of muscle tone in post-stroke patients. This study uses a quasi-experimental design with a pretest-posttest with control group approach. The sample in this study consisted of 19 respondents in the treatment group and 19 respondents in the control group. Measurements were taken before and after the intervention using a muscle tone scale. Data analysis was performed using the paired t-test. The research results showed that before the intervention, most respondents were in the low muscle tone category, with grade 2 totaling 10 people (52.6%) and grade 3 totaling 9 people (47.4%). After the intervention, there was an increase to grade 4 totaling 12 people (63.2%) and grade 5 totaling 7 people (36.8%). The mean value increased from 2.47 to 4.37 with a standard deviation from 0.513 to 0.496. The paired t-test results showed a p-value = 0.000 ($p < 0.05$). Weight-bearing exercise (WBE) significantly improves muscle tone and functional ability in post-stroke patients compared to a control group that did not receive the intervention. These findings highlight the important role of such exercises in stimulating neuromuscular recovery and supporting rehabilitation outcomes. *Weight-Bearing Exercise (WBE)* is recommended as an effective rehabilitation approach for post-stroke patients, with routine implementation, institutional support, and further research needed to optimize its long-term effectiveness.

Keywords: Muscle Tone, Stroke, Weight Bearing Exercise

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN SAMPUL DALAM.....	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	iii
BERITA ACARA BIMBINGAN	iv
PENETAPAN TIM PENGUJI.....	vi
PERNYATAAN ORISINALITAS	vii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI.....	vii
SURAT KETERANGAN CEK PLAGIASI SKRIPSI.....	ix
MOTTO.....	x
PERSEMBAHAN	xi
KATA PENGANTAR	xii
ABSTRAK.....	xiv
ABSTRACT	xv
DAFTAR ISI.....	xvi
DAFTAR TABEL.....	xix
DAFTAR GAMBAR	xx
DAFTAR LAMPIRAN	xxi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan.....	5
1.3.1 Tujuan Umum	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat	5
1.4.1 Teoritis	5
1.4.2 Praktis	6
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Pasca Stroke.....	8
2.1.1 Pengertian Pasca Stroke	8
2.1.2 Jenis Pasca Stroke	9
2.1.3 Etiologi.....	9
2.1.4 Patofisiologi	10

2.1.5 Manifestasi Klinis	12
2.1.6 Komplikasi	14
2.1.7 Penatalaksanaan	17
2.2 Pengertian <i>Weight-Bearing Exercise</i> (WBE).....	19
2.2.1 Definisi.....	19
2.2.2 Fisiologi <i>Weight-Bearing Exercise</i>	20
2.2.3 Metode <i>Weight-Bearing Exercise</i>	21
2.3 <i>Manual Muscle Testing</i> (MMT)	23
2.3.1 Konsep <i>Manual Muscle Testing</i> (MMT)	23
2.3.2 Fisiologi <i>Manual Muscle Testing</i> (MMT)	23
2.4 Keaslian Penelitian	23
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN.....	31
3.1 Kerangka Konseptual.....	31
3.2 Hipotesis	33
BAB 4 METODE PENELITIAN	34
4.1 Desain Penelitian	34
4.3 Populasi dan Sampel.....	36
4.3.1 Populasi.....	36
4.3.2 Sampel.....	36
4.3.3 Besar Sampel	36
4.3.4 Teknik Pengambilan Sampling	38
4.4 Variabel Penelitian.....	39
4.4.1 Variabel Independent	39
4.5 Definisi Operasional	39
4.6 Pengumpulan dan Penggolongan Data	40
4.6.1 Instrumen Penelitian	40
4.6.2 Lokasi dan waktu Penelitian	41
4.6.3 Prosedur Penelitian	41
4.7 Analisa Data.....	43
4.8 Pengolahan Data	43
4.8.1 Uji Normalitas.....	43
4.8.2 Editing.....	44
4.8.3 Scoring	44
4.8.4 Entry.....	44

4.8.5 Tabulating	44
4.9 Masalah Etika	45
4.9.1 Persetujuan Menjadi Responden.....	45
4.9.2 Anonimity (Tanpa Nama)	45
4.9.3 Confidentiality (Kerahasiaan)	46
BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	47
5.2 Hasil Penelitian	48
5.2.1 Data Umum.....	48
5.2.2 Data Khusus	51
5.3 Pembahasan	54
5.3.1 Mengidentifikasi Tonus Otot Pasien Pasca Stroke Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Latihan <i>Weight-Bearing Exercise (WBE)</i> Pada Kelompok Perlakuan.....	54
5.3.2 Mengidentifikasi Kondisi Tonus Otot Pada Pasien Pasca Stroke Sebelum Dan Sesudah Pada Kelompok Kontrol	56
5.3.3 Mengidentifikasi Perbedaan <i>Weight-Bearing Exercise (WBE)</i> Terhadap Tonus Otot Pada Pasien Pasca Stroke Kelompok Perlakuan Dan Kelompok Kontrol	57
5.4 Keterbatasan Penelitian.....	59
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	61
6.1 Kesimpulan	61
6.2 Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN	69

DAFTAR TABEL

Tabel 2 1 Keaslian Penelitian	23
Tabel 4. 1 Rancangan Penelitian Quasi Eksperimental Design	34
Tabel 4. 2 Definisi Operasional.....	39
Tabel 4. 3 Uji Data Normal	43
Tabel 5. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Penderita Pasca Stroke Di Puskesmas Kebomas Pada 24 Maret Sampai 10 Mei.	48
Tabel 5. 3 Pendidikan Responden Di Puskesmas Kebomas Pada 24 Maret Sampai 10 Mei.	49
Tabel 5. 4 Jenis Kelamin Responden di Puskesmas Kebomas Pada 24 Maret Sampai 10 Mei.	50
Tabel 5. 5 Pekerjaan Responden di Puskesmas Kebomas Pada 24 Maret Sampai 10 Mei.	50
Tabel 5. 6 Lama pasca stroke Responden di Puskesmas Kebomas Pada 24 Maret Sampai 10 Mei.	51
Tabel 5. 7 Pengukuran Tonus Otot Pasien Pasca Stroke Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Latihan <i>Weight-Bearing Exercise</i> (WBE) Pada Kelompok Perlakuan Di Puskesmas Kebomas Pada 24 Maret Sampai 10 Mei.	51
Tabel 5. 8 Pengukuran Kondisi Tonus Otot Pada Pasien Pasca Stroke Sebelum Dan Sesudah Pada Kelompok Kontrol Di Puskesmas Kebomas Pada 24 Maret Sampai 10 Mei.	52
Tabel 5. 9 Analisis Pengaruh <i>Weight-Bearing Exercise</i> (WBE) Terhadap Tonus Otot Pada Pasien Pasca Stroke Kelompok Perlakuan Dan Kelompok Kontrol Di Puskesmas Kebomas Pada 24 Maret Sampai 10 Mei.	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3 1 Kerangka konseptual pengaruh <i>Weight Bearing Exercise</i> (WBE) terhadap penigkatan tonus otot pada pasien pasca stroke	31
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian Pengaruh <i>Weight-Bearing Exercise</i> (WBE) Terhadap Peningkatan Tonus Otot Pada Pasca Stroke	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Survey Data.....	69
Lampiran 2. Balasan Surat Izin Survey Data	70
Lampiran 3. Lembar Izin Etik Penelitian	74
Lampiran 4. Lembar Permohonan Untuk Menjadi Responden.....	75
Lampiran 5. Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian	76
Lampiran 6. Lembar Kuesioner.....	77
Lampiran 7. Lembar Observasi	78
Lampiran 8. SOP Weight-Bearing Exercise.....	79
Lampiran 9. Tabulasi Data Umum Responden	82
Lampiran 10. Tabulasi Data Weight Sit-To-Stand, Lateral Raises, Biceps Curl Kelompok Perlakuan.....	84
Lampiran 11. Tabulasi Data Weight Sit-To-Stand, Lateral Raises, Biceps Curl Kelompok Kontrol	86
Lampiran 12. Hasil Uji Data Normal, Hasil SPSS Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, Pekerjaan, Lama Pasca Stroke	87
Lampiran 13. Uji Paired T-Test.....	89
Lampiran 14. Uji Mann-Whitney Test	90
Lampiran 15. Dokumentasi	91
Lampiran 16. Turnitin	93