

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS  
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademika Universitas Muhammadiyah Surabaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Hafis Muchsin

NIM : 20164663054

Program Studi : NERS

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang keperawatan, menyetujui untuk memberikan kepada program studi NERS FIK Universitas Muhammadiyah Surabaya Hak Bebas Royalti Non-Eklusif (*Non-Exclusive Royalti Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul : Studi Kasus Pemberiam ROM (*Range Of Motion*) Terhadap Kekuatan Otot Pada Pasien dengan Post Stroke Di Wilayah Kerja Puskesmas Medokan Ayu. Beserta Perangkat Yang Ada (Jika Diperlukan). Dengan hak bebas royalty non-eksklusif ini, Program studi Ners FIK UMSurabaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau dengan bimbingan saya sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Surabaya  
Pada tanggal : 22 Februari 2018  
Yang menyatakan

(Hafis Muchsin)

## **LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada Yth.  
Bapak/ibu  
Di tempat

Sebagai syarat tugas akhir mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya, Dengan ini saya akan melakukan penelitian dengan judul “Studi kasus pemberian ROM terhadap kekuatan otot pasien post stroke diwilayah kerja Puskesmas Medokan Ayu Surabaya”.

Kami berharap tanggapan atau jawaban yang sesuai dengan pendapat Bapak/ibu sendiri tanpa dipengaruhi oleh orang lain. Kami menjamin kerahasiaan identitas dan informasi Bapak/ibu. Sebagai bukti kesediaan menjadi responden dalam penelitian ini, saya memohon kesediaan Bapak/ibu untuk menandatangani lembar persetujuan menjadi responden yang telah disiapkan. Partisipasi anda dalam penelitian ini sangat berharga dan saya ucapkan banyak terima kasih.

Surabaya, 24 januari 2018

Hormat saya,

Hafis Muchsin, S.Kep

## LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama :

Usia :

Jenis Kelamin :

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan kesediaan untuk turut berpartisipasi dalam penelitian “studi kasus pemberian ROM (*range of motion*) terhadap kekuatan otot pasien post stroke di wilayah kerja Puskesmas Medokan Ayu ” yang dilakukan oleh Hafis Muchsin, Mahasiswa Program Studi Ners Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Tanda tangan saya di bawah ini menunjukkan bahwa saya telah diberi informasi yang sejelas-jelasnya dan saya menyatakan bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

Surabaya, 24 januari 2018

Responden,

(.....)

## SATUAN ACARA KEGIATAN

---

Topik : Satuan Acara Kegiatan  
Sub Topik : Terapi Rom (*Range Of Motion*) Terhadap Kekuatan Pasien Post Stroke Di Wilayah Kerja Puskesmas Medokan Ayu.  
Tempat : Puskesmas Medokan Ayu kecamatan Rungkut Kota Surabaya

### **I. TUJUAN**

#### **a. Tujuan Umum**

Mengetahui pelaksanaan ROM (*Range Of Motion*) Terhadap Kekuatan Pasien Post Stroke Di Wilayah Kerja Puskesmas Medokan Ayu.

#### **b. Tujuan Khusus**

1. Menjelaskan tentang terapi *Range Of Motion*
2. Menjelaskan manfaat terapi *Range Of Motion*
3. Menjelaskan pelaksanaan terapi *Range Of Motion*
4. Mengevaluasi respon pasien setelah dilakukan terapi *Range Of Motion*

## II. Proses kegiatan

NO	WAKTU KEGIATAN ROM	KEGIATAN LANSIA
1	Pukul 08:00-08:05 WIB	Fase orientasi <ul style="list-style-type: none"><li>• Ucapkan salam teraupetik</li><li>• Perkenalan diri</li><li>• Menjelaskan mengenai latihan ROM dan tujuan latihan ROM</li></ul>
2	Pukul 08:05-08:50 WIB	Fase kerja <ul style="list-style-type: none"><li>• Memulai latihan ROM</li><li>• Menjelaskan gerakan gerakan ROM</li><li>• Lansia tertarik dengan latihan ROM</li><li>• Lansia dapat mengikuti latihan ROM dengan antusias</li></ul>
3	Pukul 08:50-09:10 WIB	Fase terminasi <ul style="list-style-type: none"><li>• Membahas manfaat dan kesimpulan latihan ROM</li><li>• Salam penutup</li><li>• Lansia terlihat antusias dan gembira</li><li>• Lansia menjawab salam</li></ul>

## III. METODE

Tindakan Terapi Rom (*Range Of Motion*) Terhadap Kekuatan Pasien Post Stroke

## IV. MEDIA

1. Pasien

## V. Evaluasi

Diharapkan kekuatan otot meningkat

## LAMPIRAN

## **1. Definisi**

*Range Of Motion* (ROM), merupakan istilah baku untuk menyatakan batas/besarnya gerakan sendi baik dan normal. ROM juga di gunakan sebaga dasar untuk menetapkan adanya kelainan atau untuk menyatakan batas gerakan sendi abnormal (Helmi, 2012). Menurut (Potter, 2010) Rentang gerak atau *Range Of Motion* adalah jumlah pergerakan maksimum yang dapat di lakukan pada sendi, di salah satu dari tiga bidang, yaitu: sagital, frontal atau transversal.

## **2. Manfaat**

Manfaat latihan *Range Of Motion* (ROM), menurut Suratun, *at al* (2008).

1. Mempertahankan atau memelihara kekuatan otot.
2. Memelihara mobilitas persendian.
3. Merangsang sirkulasi darah.
4. Mencegah kelainan bentuk.

## **3. Prinsip Dasar *Range Of Motion* (ROM)**

Prinsip dasar latihan *Range Of Motion* (ROM) menurut Marlina, (2011). Yaitu:

1. ROM harus di lakukan sekitar 6 hari.
2. ROM di lakukan perlahan dan hati-hati sehingga tidak melelahkan pasien.
3. Dalam merencanakan program latihan ROM, perhatikan umur pasien, diagnosis, tanda vital, dan lamanya tirah baring.
4. ROM sering di programkan oleh dokter dan di kerjakan oleh ahli fisioterapi.
5. Bagian bagian tubuh yang dapat dilakukan latihan ROM adalah leher, jari, lengan, siku, bahu, tumit, kaki, dan pergelangan kaki.

6. ROM dapat dilakukan pada semua persendian atau hanya pada bagian bagian yang di curigai mengalami proses penyakit.
7. Melakukan ROM harus sesuai waktunya, misalnya setelah mandi atau perawatan rutin telah di lakukan.

#### **4. Langkah-langkah ROM**

##### 1) Fleksi dan ekstensi pergelangan tangan

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan.
- b. Atur posisi lengan pasien dengan menjauhi sisi tubuh dan siku menekuk dengan lengan.
- c. Pegang tangan pasien dengan satu tangan dan tangan yang lain memegang pergelangan tangan pasien.
- d. Tekuk tangan pasien ke depan sejauh memungkinkan.
- e. Lakukan observasi terhadap perubahan yang terjadi.

##### 2) Fleksi dan ekstensi bahu

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan.
- b. Atur posisi lengan pasien dengan menjauhi sisi tubuh dengan telapak mengarah ke tubuh pasien.
- c. Letakkan tangan di atas siku pasien dan pegang tangan pasien dengan tangan lainnya.
- d. Tekuk siku pasien sehingga tangan pasien mendekati bahu.
- e. Lakukan dan kembalikan ke posisi sebelumnya.
- f. Lakukan observasi terhadap perubahan yang terjadi.

##### 3) Pronasi dan supinasi lengan bawah

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan.

- b. Atur posisi lengan bawah menjauhi tubuhnya dengan siku menekuk.
- c. Letakkan satu tangan pada pergelangan dan pegang tangan pasien dengan tangan yang lain.
- d. Putar lengan bawah pasien sehingga telapak tangan pasien menjauhi pasien.
- e. Kembalikan ke posisi awal.
- f. Putar lengan bawah pasien sehingga telapak tangan menghadap ke arah pasien.
- g. Kembali ke posisi semula.
- h. Lakukan observasi terhadap perubahan yang terjadi.

4) Fleksi bahu

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan.
- b. Atur posisi tangan pasien di sisi tubuhnya.
- c. Letakkan satu tangan di atas siku pasien dan pegang tangan pasien dengan tangan lainnya.
- d. Angkat lengan pasien pada posisi awal.
- e. Lakukan observasi perubahan yang terjadi.

5) Abduksi dan adduksi bahu

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan
- b. Atur posisi lengan pasien di samping badannya.
- c. Letakkan satu tangan di atas siku, pasien dan pegangan tangan pasien dengan tangan lainnya.
- d. Gerakan lengan pasien menjauh dari tubuhnya ke arah perawat.
- e. Kembalikan ke posisi semula/awal.
- f. Catat perubahan yang terjadi.

6) Rotasi bahu

Caranya :



- a. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan.
- b. Atur posisi lengan pasien menjauhi dari tubuh dengan siku menekuk.
- c. Letakkan satu tangan di atas pasien dekat siku dan pegang tangan pasien dengan tangan yang lain.
- d. Lakukan rotasi bahu dengan lengan ke bawah sampai menyentuh tempat tidur, telapak tangan menghadap ke bawah.
- e. Kembalikan lengan ke posisi awal.
- f. Gerakkan lengan bawah ke belakang sampai menyentuh tempat tidur, telapak tangan menghadap ke atas.
- g. Kembalikan ke posisi awal.
- h. Catat perubahan yang terjadi.

7) Fleksi dan ekstensi jari-jari

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan.
- b. Pegang jari-jari kaki pasien dengan satu tangan sementara tangan lain memegang kaki.
- c. Bengkokkan (tekuk) jari-jari ke bawah.
- d. Luruskan jari-jari kemudian dorong ke belakang.
- e. Kembalikan ke posisi awal.
- f. Catat perubahan yang terjadi.

8) Inversi dan eversi kaki

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan.
- b. Pegang separuh bagian atas kaki pasien dengan satu jari dan pegang pergelangan kaki dengan tangan satunya.
- c. Putar kaki kedalam sehingga telapak kaki menghadap ke kaki lainnya.
- d. Kembalikan ke posisi semula.
- e. Putar kaki keluar sehingga bagian telapak kaki menjauhi kaki yang lain.
- f. Kembalikan ke posisi semula.
- g. Catat perubahan yang terjadi.

9) Fleksi dan ekstensi pergelangan kaki

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan.
- b. Letakkan satu tangan pada telapak kaki pasien dan satu tangan yang lain diatas pergelangan kaki, jaga kaki lurus rileks.
- c. Tekuk pergelangan kaki, arahkan jari-jari kaki ke arah dada pasien.
- d. Kembalikan ke posisi awal.
- e. Tekuk pergelangan kaki menjauhi dada pasien.
- f. Catat perubahan yang terjadi.

10) Fleksi dan ekstensi lutut

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan.
- b. Letakan satu tangan di bawah lutut pasien dan pegang tumit pasien dengan tangan yang lain.
- c. Angkat kaki, tekuk pada lutut dan pangkal paha.
- d. Lanjutkan menekuk lutut ke arah dada sejauh mungkin.
- e. Ke bawahkan kaki dan luruskan lutut dengan mengangkat kaki ke atas.
- f. Kembali ke posisi semula.
- g. Catat perubahan yang terjadi.

11) Rotasi pangkal paha

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan.
- b. Letakan satu tangan pada pergelangan kaki dan satu tangan yang lain di atas lutut.
- c. Putar kaki menjauhi dari saudara.
- d. Putar kaki mengarah ke saudara.
- e. Kembali ke posisi semula.
- f. Catat perubahan yang terjadi.

12) Abduksi dan adduksi pangkal paha

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan di lakukan.
- b. Letakan satu tangan di bawah lutut pasien dan satu tangan pada tumit.
- c. Jaga posisi kaki pasien lurus, angkat kaki kurang leih 8 centi meter dari tempat tidur, gerakkan kaki menjauhi badan pasien.
- d. Gerakan kaki mendekati badan pasien.
- e. Kembalikan ke posisi awal.
- f. Catat perubahan yang terjadi.

13) Duduk ditempat diatas tidur

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan.
- b. Anjurkan pasien untuk meletakkan tangan disamping badannya, dengan telapak tangan menghadap ke bawah.
- c. Berdirilah di samping tempat tidur kemudian letakkan tangan pada bahu pasien.
- d. Bantu pasien untuk duduk dan beri penompang/bantal.

14) Turun dan berdiri

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan dilakukan
- b. Atur kursi roda dalam posisi terkunci.
- c. Berdirilah menghadap pasien dengan kedua kaki merenggang.
- d. Fleksikan lutut dan pinggang saudara.
- e. Anjurkan pasien untuk meletakkan kedua tangannya di bahu saudara dan letakan kedua tangan saudara di samping kanan kiri pinggang pasien.
- f. Ketika pasien melangkah ke lantai tahun lutut saudara pada lutut pasien.
- g. Bantu berdiri tegak dan jalan sampai ke kursi.
- h. Bantu pasien duduk di kursi dan atur posisi secara nyaman.

15) Membantu berjalan

Caranya :

- a. Jelaskan prosedur yang akan di lakukan.
- b. Anjurkan pasien untuk meletakkan tangan di samping badan atau memegang telapak tangan perawat.
- c. Berdirilah di samping pasien dan pegang telapak dan lengan tangan pada bahu pasien.
- d. Bantu pasien untuk berjalan.

**Lembar Observasi (Studi Kasus Pemberian ROM Terhadap Kekuatan Otot  
Pasien Post Stroke Diwilayah Kerja Puskesmas Medokan Ayu Surabaya)**

**Nama :**

**Usia :**

**Pekerjaan :**

**Pendidikan :**

Kekuatan Otot		Sebelum	Sesudah
0	Tidak ada kontraksi otot		
1	Terjadi kontraksi otot tanpa gerakan nyata		
2	Pasien hanya mampu menggeserkan tangan atau kaki		
3	Mampu angkat tangan, tidak mampu menahan gravitasi		
4	Tidak mampu menahan tangan pemeriksa		
5	Kekuatan penuh		

**Skala Kekuatan Otot**

0	Tidak ada kontraksi otot
1	Terjadi kontraksi otot tanpa gerakan nyata
2	Pasien hanya mampu menggeserkan tangan atau kaki
3	Mampu angkat tangan, tidak mampu menahan gravitasi
4	Tidak mampu menahan tangan pemeriksa
5	Kekuatan penuh

## Dokumentasi ROM (*Range Of Motion*)



Ekstansi: Meluruskan siku dengan menurunkan tangan



Fleksi: Menggerakkan siku sehingga lengan bahu bergerak ke depan sendi bahu dan tangan sejajar bahu,



Hiper ekstensi bahu : Mengerkan lengan kebelakang tubuh, siku tetap lurus,



Fleksi lutut : Mengerakan tumit ke arah belakang paha



Fleksi : Menggerakkan siku sehingga lengan bahu bergerak ke depan sendi bahu dan tangan sejajar bahu.



Ekstensi : Mengembalikan tungkai dengan lurus,



Fleksi : Mengerakan tumit ke arah belakang paha

## LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH

Nama Mahasiswa : Hafis Muchsin, S.Kep  
Nama Pembimbing : Supatmi, S.Kep,Ns,M.Kes  
: Asri, S.Kep. Ns,.MSN  
Judul KTI : Studi kasus pemberiam ROM (*Range Of Motion*) terhadap kekuatan otot pada pasien dengan post stroke diwilayah kerja puskesmas Medokan Ayu

No	Hari, Tanggal	Catatan Pembimbing/Hal Yang Direvisi	Hasil Konsultasi	Tanda Tangan
1	Senin, 25-09-2017	Konsul judul	Judul di ACC	
2	Kamis, 05-10-2017	Konsul Bab 1,2,3	Revisi bab 1, kerangka konsep, unit analisis	
3	Senin, 04-12-2017	Konsul Bab 1,2,3, SOP	Revisi bab 1, unit analisis	
4	Senin, 11-12-2017	Konsul Bab 1,2,3, SOP, SAK	ACC Penelitian	
6	Jum at 02-02-2018	Konsul Bab 4,5	Refisi bab 4	
7	Selasa 20-02-2018	Konsul Bab 1,2,3,4,5	AAC sidang	