

PENERAPAN TINDAKAN ROM PADA LANSIA DENGAN GANGGUAN MOBILITAS FISIK PENDERITA STROKE NON HEMORAGIK

The Application of Range of Motion (ROM) Exercises in Elderly Individuals with Physical Mobility Impairment Due to Non-Hemorrhagic Stroke

Nurdianto, Dwi Fijianto, Dyah Putri Aryati

¹ Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Kabupaten Pekalongan

² Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Kabupaten Pekalongan

Corresponding author : dian.arrosyid@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan: Masalah gangguan mobilitas fisik sering di alami oleh lansia. Gangguan mobilitas fisik pada lansia terjadi karena mengalami stroke dan terjadi kelemahan pada anggota gerak. Banyak lansia yang tidak bisa untuk meningkatkan mobilitas fisik. Hal tersebut disebabkan tidak adanya latihan tindakan penguatan otot dan sendi serta tindakan rentang gerak. Dampak yang sering terjadi pada lansia yang mengalami penurunan rentang gerak dan penurunan otot dan sendi mengakibatkan gangguan mobilitas fisik. Tindakan ROM terhadap lansia yang menderita stroke dapat menjadi nonfarmakologis untuk meningkatkan mobilitas fisik.

Metode: Penelitian menggunakan metode studi kasus. Responden yang digunakan berjumlah satu orang yang merupakan pasien dengan masalah keperawatan gangguan mobilitas fisik. Studi kasus dilakukan pada bulan Desember 2023

Hasil: Hasil pengkajian awal di dapatkan data Tn. S mempunyai masalah keperawatan gangguan mobilitas fisik, untuk meningkatkan mobilitas fisik pada Tn S dilakukan tindakan ROM. Hasil setelah di lakukan tindakan ROM masalah gangguan mobilitas fisik teratasi dengan dibuktikan nilai kekuatan otot pada awal pengkajian 2 menjadi 4.

Simpulan: Tindakan ROM terbukti efektif untuk meningkatkan kekuatan otot pada lansia penderita stroke non hemoragik.

Abstract

The Introduction: Physical mobility impairment is often experienced by the elderly. Physical mobility impairment in the elderly occurs due to stroke and weakness in the limbs. Many elderly individuals cannot improve their physical mobility due to lack of muscle and joint strengthening exercises and range of motion activities. The frequent impact on the elderly who experience decreased range of motion and muscle and joint weakness results in physical mobility impairment. ROM exercises for elderly individuals suffering from stroke can be a non-pharmacological method to improve physical mobility.

The Method: The study uses a case study method. The respondent used is one person who is a patient with nursing problems related to physical mobility impairment. The case study was conducted in December 2023.

The Results: Initial assessment results showed that Mr. S had nursing problems related to physical mobility impairment. ROM exercises were performed to improve Mr. S's physical mobility. The results after ROM exercises showed that the problem of physical mobility impairment was resolved, as evidenced by the muscle strength score changing from 2 to 4 at the beginning of the assessment.

The Conclusion: ROM exercises are proven effective in improving muscle strength in elderly individuals suffering from non-hemorrhagic stroke

LATAR BELAKANG

Pasien Lansia adalah pasien lanjut usia dengan multi penyakit dan atau gangguan akibat penurunan fungsi organ, psikologi, sosial, ekonomi dan lingkungan yang membutuhkan pelayanan kesehatan secara terpadu dengan pendekatan multidisiplin yang bekerja secara interdisiplin (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 79 Tahun 2014).

Pasien stroke non hemoragik sering mengalami masalah pada neuro-muskuloskeletal yang dapat berpengaruh terhadap kemampuan mobilitas pasien. Kelumpuhan merupakan salah satu gejala klinis yang ditimbulkan oleh penyakit stroke (Hermand, 2015 dalam (Nurshiyam, Ardi, & Basri, 2020). Masalah keperawatan yang sering ditemukan adalah gangguan mobilitas yaitu keterbatasan dalam gerak fisik satu atau lebih ekstremitas secara mandiri (PPNI, 2016). Intervensi utama yang dilakukan pada pasien stroke yang mengalami gangguan mobilitas fisik yaitu dukungan ambulasi dan mobilisasi. Dukungan ambulasi yaitu memfasilitasi pasien untuk berpindah, sedangkan dukungan mobilisasi yaitu memfasilitasi pasien untuk meningkatkan aktivitas pergerakan fisik (PPNI, 2018)

Kasus stroke 70-80% mengalami kelemahan pada otot sisanya mengalami gejala seperti gangguan motorik. Selain itu pasien stroke juga mengalami gangguan yang bersifat fungsional. Gangguan stroke baik motorik maupun sensorik mengakibatkan ketidakseimbangan berupa kelemahan otot, gangguan kontrol serta kurang fleksibel dalam menyeimbangkan tubuh (Pradesti & Indriyani, 2020 dalam Deva, Aisyiah, & Widowati, 2022). Peningkatan prevalensi dan efek dari stroke tersebut membutuhkan penanganan untuk memperbaiki kondisi setelah terjadi stroke

Salah satunya adalah meningkatkan kekuatan otot pasien stroke supaya bisa melakukan aktivitas sehari-hari. Peningkatan kekuatan otot bisa dilakukan dengan memberikan intervensi seperti latihan Range of motion (ROM) yaitu latihan pergerakan yang dilakukan disetiap bagian tubuh yang mengalami kelemahan (Rahmadani & Rustandi, 2019 dalam (Deva, Aisyiah, & Widowati, 2022). Atau dapat memberikan gerakan-gerakan sederhana untuk mengembalikan fungsi ataupun memulihkan fisik yang mengalami immobilitas

Penelitian sebelumnya yang dilakukan Aisyiah 2022, lansia yang memiliki gangguan mobilitas fisik di berikan tindakan ROM dapat memberikan pengaruh terhadap mobilitas fisik. Peningkatan mobilitas fisik pada lansia setelah memperoleh tindakan ROM selama 7 hari dan dilanjutkan secara mandiri selama 3 minggu yang dilakukan dengan lama pemberian tindakan selama 10-15 menit. Tindakan ROM cocok untuk dilakukan karena tidak membutuhkan biaya banyak dan dapat dilakukan secara mandiri. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Penerapan tindakan ROM pada lansia dengan gangguan mobilitas fisik penderita stroke non hemoragik”

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penerapan musik gamelan terhadap kualitas tidur lansia.

METODE

Studi kasus ini di laksanakan di kelurahan Sambong Kabupaten Batang. Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan studi kasus dan rancangan menggunakan pre – post test design dimana rancangan ini terdapat pretest sebelum di berikan tindakan dan post test setelah di berikan tindakan.. Penelitian di tunjukan untuk

mengetahui Penerapan tindakan ROM pada Lansia dengan gangguan mobilitas fisik penderita stroke non hemoragik

Subyek studi kasus ini adalah 1 orang lansia dengan gangguan mobilitas fisik dan bersedia menjadi responden. Instrument studi kasus yang di gunakan adalah SOP tindakan ROM, penilaian kekuatan otot.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tanggal 26 Desember 2023 di mulai penerapan implementasi tindakan ROM Selama 10-150 menit. tindakan ini di lakukan selama 7 (tujuh) hari berturut- turut dari tanggal 26 Desember 2023 sampai dengan tanggal 1 Januari 2024. Pada tanggal 26 Desember 2023 sebelum melakukan tindakan di lakukan penilaian kekuatan otot dan Pasien mengatakan lemah anggota gerak kanan sehingga pasien mengalami gangguan mobilitas fisik. Kemudian pada tanggal 1 Januari melakukan evaluasi setelah dilakukan tindakan ROM selama 7 (tujuh) kali berturut turut di dapatkan nilai kekuatan otot bertambah dari 2 menjadi 3. Kemudian peneliti merencanakan tindak lanjut untuk dilakukan secara mandiri selama 3 minggu dan hasil yang di dapatkan rentang gerak meningkat dan kekuatan otot bertambah menjadi 4. Dari data di atas ada peningkatan yang cukup signifikan dibandingkan sebelum di lakukan Tindakan keperawatan Hasil tersebut diatas dapat di nyatakan bahwa tindakan ROM dapat membantu meningkatkan mobilitas fisik pada lansia.

Pemberian latihan ROM sejak dini telah terbukti meningkatkan kekuatan otot dengan menstimulasi unit motorik. Peningkatan keterlibatan unit motorik ini dapat menyebabkan peningkatan kekuatan otot selanjutnya (Sasongko & Khasanah, 2023).

Tindakan ROM yang dilakukan pada lansia dengan gangguan mobilitas fisik merupakan Alternatif pemecahan masalah yang perlu dilakukan bagi perawat yaitu menjadikan tindakan ini sebagai salah satu intervensi sederhana untuk meningkatkan mobilitas fisik pada lansia.

KESIMPULAN

Hasil penerapan tindakan ROM yang dilakukan pada tn S yang mengalami stroke mengalami gangguan mobilitas fisik didapatkan respon pasien sebelum dilakukan tindakan ROM dengan melakukan monitor kekuatan otot selama 7 hari berturut-turut dan rencana tindak lanjut secara mandiri selama 3 minggu, kekuatan otot pasien meningkat dari 2 menjadi 4.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisah, R. L., Nafiah, S., & Parmilah. (2022). *Upaya Penyelesaian Masalah Gangguan Mobilitas Fisik Pada Pasien Stroke Melalui Tindakan Teknik Latihan Penguatan Sendi*. 8, 18–26.
- Bustan, M., & P, D. P. (2023). Studi Deskriptif Pendokumentasian Asuhan Keperawatan Jiwa Oleh Perawat Di Rumah Sakit Jiwa Provinsi Sulawesi Tenggara. *Jurnal Keperawatan*1, 6(3), 1–8.
- Deva, A. R., Aisyiah, A., & Widowati, R. (2022). Pengaruh Latihan Range Of Motion Terhadap Kekuatan Otot Pada Lansia Stroke Non Hemoragik Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulia 1 & 3. *Malahayati Nursing Journal*, 4(4), 950–959. <https://doi.org/10.33024/Mnj.V4i4.6142>
- Indaryani, Yani, S., & Betapi, H. (2020). *Peningkatan Mobilitas Fisik Dengan Manajemen Program Latihan Pada Pasien Stroke Non Haemoragik*. 3(1), 1–10.
- Nafiah, S., Parmilah, & Kurniawati, R. (2022). *Upaya Penyelesaian Masalah Gangguan Mobilitas Fisik Pada Pasien Stroke Melalui Tindakan Teknik Latihan Penguatan Sendi*. 3.
- Nurshiyam, N., Ardi, M., & Basri, M. (2020). Nursing Care In Meeting Physical Mobility Needs Inpatients Non Hemorrhagic Stroke In Rskd Dadi Makassar. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 11(1), 90. <https://doi.org/10.32382/Jmk.V11i1.1555>
- Saksono, T., Siwi, A. S., & Putranti, D. P. (2022). *Asuhan Keperawatan Hambatan Mobilitas Fisik Pada Pasien Dengan Stroke Iskemik*. 2(9), 3039–3046.
- Sasongko, D. P., & Khasanah, S. (2023). Penerapan Range Of Motion (Rom) Pada Asuhan Keperawatan Gangguan Mobilitas Fisik Pasien Stroke Hemoragik Didik. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(November), 1377–1386. Retrieved From <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/jppp%0apenerapan>

