

### **PERMOHONAN MENJADI PASIEN KELOLAAN**

Dalam rangka menyelesaikan tugas akhir sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Profesi Ners di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap maka yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : SUNARTI  
NIM : 4112123037  
No. HP : 0813-9159-6306  
Judul Penelitian : Asuhan Keperawatan pada Klien *Osteoarthritis* Dengan Gangguan Nyeri Akut dan Penerapan *Range Of Motion* (ROM) di Wilayah Puskesmas Nusawungu I

Bermaksud akan melakukan kegiatan penelitian sebagai rangkaian studi saya Program Profesi Ners di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap. Dalam penelitian ini, peneliti tidak bekerja sendiri melainkan dibantu oleh asisten penelitian. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk MENERAPKAN *Range Of Motion* (ROM) untuk menurunkan nyeri akut pada Klien *Osteoarthritis*.

Peneliti mohon kesediaan ibu untuk menjadi pasien kelolaan dalam studi kasus ini. Tindakan ini semata-mata hanya untuk kepentingan ilmu pengetahuan saja tanpa maksud lain dan akan dijaga kerahasiaannya oleh peneliti.

Demikian penjelasan saya sampaikan, atas bantuan, dukungan dan kesediaan ibu, peneliti ucapkan terima kasih.

Peneliti

SUNARTI  
NIM. 4112123037

## Lampiran-5 SOP *Range Of Motion* (ROM)

**STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR**  
**ROM (RANGE OF MOTION) AKTIF**

**PENGERTIAN**

Range Of Motion adalah jumlah pergerakan maksimum yang dapat dilakukan pada persendian, yang terbagi menjadi tiga bidang yaitu: sagital, frontal dan transversal. Bidang sagital merupakan bidang yang melewati tubuh dari arah depan ke belakang yang membagi tubuh menjadi sisi kanan dan sisi kiri. Bidang frontal melewati tubuh dari sisi ke sisi dan membagi tubuh ke depan dan kebelakang. Sedangkan bidang transversal merupakan bidang horisontal yang membagi tubuh ke bagian atas dan bawah (Taufandas et al., 2018)

**TUJUAN**

1. Mempertahankan atau memelihara kekuatan otot
2. Merangsang Sirkulasi darah
3. Mencegah kelainan bentuk
4. Mencegah kelainan bentuk

**MANFAAT**

1. Mengkaji tulang, sendi dan otot
2. Memperlancar sirkulasi pada darah
3. Mencegah terjadinya kekakuan sendi
4. Memperbaiki tonus otot
5. Meningkatkan derajat mobilisasi pada sendi

**INDIKASI**

1. Penyakit sendi: osteoarthritis, rheumatoid arthritis, femoroacetabular impingement (FAI)
2. Kasus trauma pada ekstremitas: sprain atau dislokasi sendi tangan, siku, atau genu
3. Penyakit serebrovaskular: stroke

**KONTRAINDIKASI**

Latihan Range Of Motion tidak boleh diberikan apabila :

1. Gerakan dapat mengganggu proses penyembuhan cedera.
2. Respon pasien atau kondisi membahayakan (Life Threatening)

3. Pasien dengan fraktur terdapat kelainan sendi atau tulang
4. Pasien fase imobilisasi karena kasus penyakit jantung
5. osteoporosis berat dimana gerakan dapat menyebabkan cedera iatrogenik.

### **CARA KERJA**

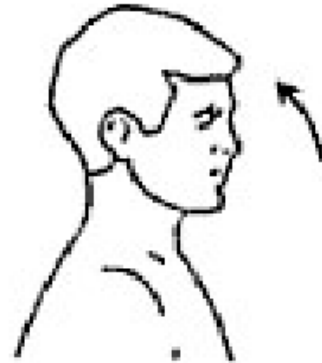
A. Setiap Gerakan dilakukan dengan posisi berdiri tegak dengan kedua kaki rapat dan kedua tangan dipinggang (Dilakukan dengan 10x pengulangan disetiap gerakan)

#### **1. Leher**

a. Menggerakan dagu menempel ke dada



b. Mengembalikan kepala ke posisi tegak



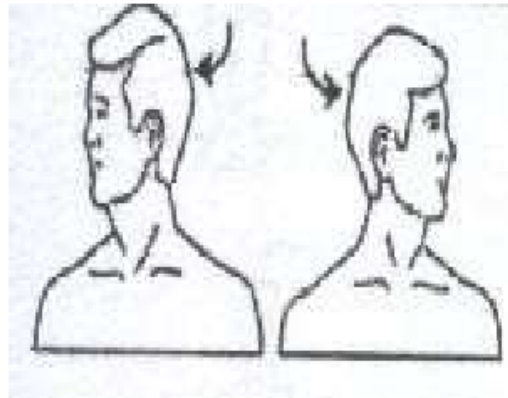
c. Menekuk kepala ke belakang sejauh mungkin



d. Memiringkan kepala sejauh mungkin ke arah setiap bahu



e. Memutar kepala sejauh mungkin dalam gerakan sirkuler



B. Setiap Gerakan dilakukan dengan posisi berdiri tegak dengan kedua kaki membuka sejajar dengan bahu (dilakukan dengan 10x pengulangan disetiap gerakan)

## 2. Bahu

a. Tangan dari posisi di samping tubuh ke depan ke posisi di atas kepala	b. Lengan ke posisi samping tubuh	c. Lengan ke belakang tubuh, siku tetap lurus	d. Tangan ke posisi samping di atas kepala dengan telapak tangan jauh dari kepala
e. Menurunkan lengan ke samping dan menyilangkan tubuh sejauh mungkin	f. Menekuk, menggerakkan lengan sampai ibu jari ke atas dan samping kepala	g. Dengan siku menekuk, memutar bahu dengan menggerakkan lengan sampai ibu jari ke atas dan samping kepala	h. Lengan dengan lingkaran penuh

### 3. Siku

- a. Menekuk siku sehingga lengan bawah bergerak ke depan sendi bahu dan tangan sejajar bahu



- b. Meluruskan siku dengan menurunkan lengan



### 4. Lengan Bawah

- a. Memutar lengan bawah dan tangan sehingga telapak tangan menghadap ke atas



- b. Memutar lengan bawah sehingga telapak tangan menghadap ke bawah



## 5. Pergelangan Tangan

- a. Menggerakan telapak tangan ke sisi bagian dalam lengan bawah



- b. Menggerakan jari-jari sehingga jari-jari, tangan, dan lengan bawah berada dalam arah yang sama



- c. Membawa permukaan tangan dorsal ke belakang sejauh mungkin



- d. Menekuk pergelangan tangan miring (lateral) ke ibu jari



- e. Menekuk pergelangan tangan miring (medial) ke ibu jari

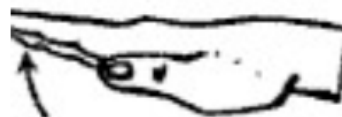





## 6. Jari-Jari Tangan

- a. Membuat genggam


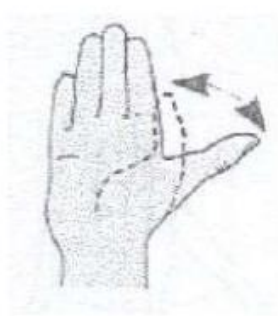
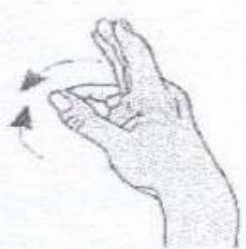


- b. Meluruskan jari-jari tangan



<p>c. Menggerakan jari-jari tangan ke belakang sejauh mungkin</p> 	<p>d. Merenggangkan jari-jari tangan yang satu dengan yang lain</p> 
<p>e. Merapatkan kembali jari-jari tangan</p> 	

## 7. Ibu Jari

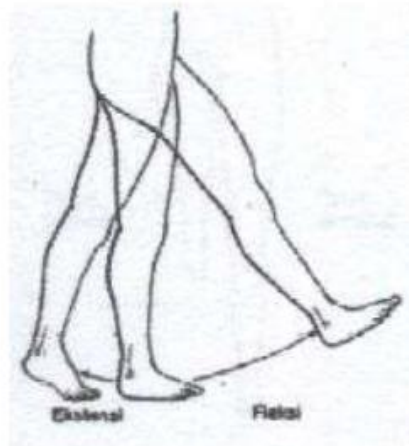
<p>a. Menggerakan ibu jari menyilang permukaan telapak tangan</p> <p>b. Menggerakan ibu jari lurus menjauh dari tangan</p> 	<p>c. Menjauhkan ibu jari ke samping</p> <p>d. Menggerakan ibu jari ke depan tangan</p> 
<p>e. Menyentuhkan ibu jari ke setiap jari-jari tangan pada tangan yang sama</p> 	



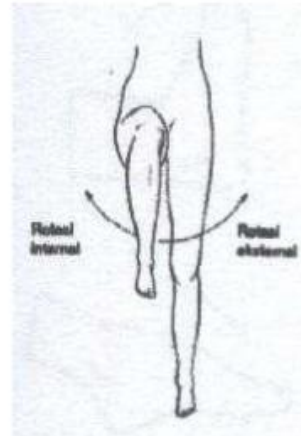
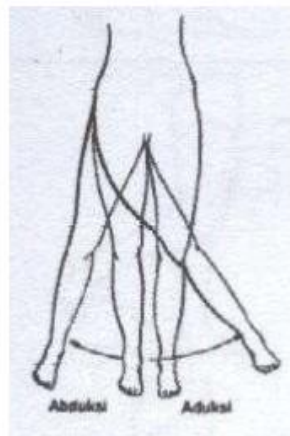
C. Setiap Gerakan dilakukan dengan posisi berdiri tegak dengan kedua kaki membuka sejajar dengan bahu dan kedua tangan dipinggang (Dilakukan dengan 10x pengulangan disetiap gerakan)

## 8. Pinggul

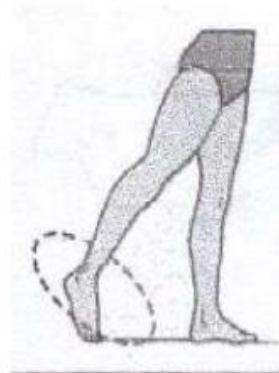
- a. Menggerakan tungkai ke depan dan atas
- b. Menggerakan kembali ke samping tungkai yang lain
- c. Menggerakan tungkai ke belakang tubuh



- d. Menggerakan tungkai ke samping menjauhi tubuh
- e. Menggerakan tungkai kembali ke posisi medial dan melebihi jika mungkin
- f. Memutar kaki dan tungkai ke arah tungkai lain
- g. Memutar kaki dan tungkai menjauhi tungkai lain



h. Menggerakan tungkai melingkar



9. Lutut

a. Menggerakan tumit ke arah belakang paha



b. Mengembalikan tungkai ke lantai



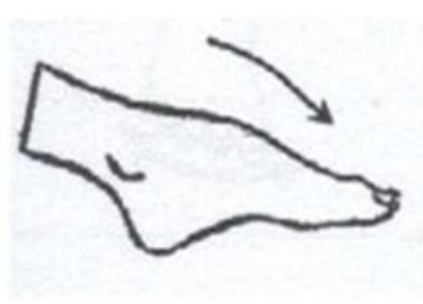
D. Setiap Gerakan dilakukan dengan posisi duduk dilantai dengan kedua kaki rapat (Dilakukan dengan 10x pengulangan disetiap gerakan)

10. Mata Kaki

a. Menggerakan kaki sehingga jari-jari kaki menekuk ke atas



b. Menggerakan kaki sehingga jari-jari kaki menekuk ke bawah



## 11. Kaki

a. Memutar telapak kaki ke samping dalam (medial)



b. Memutar telapak kaki ke samping luar (lateral)



## 12. Jari-jari Kaki

a. Melengkungkan jari-jari kaki ke bawah



b. Meluruskan jari-jari kaki



c. Merenggangkan jari-jari kaki satu dengan yang lain



d. Merapatkan kembali bersama-sama



**EVALUASI**

1. Respon verbal setelah melakukan latihan
2. Respon non verbal saat melakukan latihan
3. Respon non verbal setelah latihan ditandai dengan kemampuan anggota badan dalam melakukan latihan secara teratur

Sumber: Rahmani et al. (2024)



# **LOG BOOK**

## **BIMBINGAN KIAN**

NAMA : GUNARTI

NIM : 41121232037

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL-IRSYAD**  
**CILACAP**  
**TAHUN AKADEMIK 2023-2024**



## REKAPITULASI KONSULTASI KIANI

[illegible]



# LEMBAR KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Sunarti  
 NIM : 41121232037  
 Judul KIAN : Askep Gerontik pada klien osteoarthritis dengan gangguan Nyeri Akut dan penerapan RANGE OF MOTION Tahun 2024

NO	TANGGAL	MATERI KONSUL	PARAF
1.	15-12-2024	<p>BAB 1-3</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Ganti judul KIAN dari Rheumatoid Arthritis dengan gangguan Nyeri Akut dan penerapan Range of motion (ROM) Tahun 2024. menjadi Asuhan Keperawatan Gerontik Pada klien osteoarthritis dengan gangguan Nyeri Akut dan penerapan Range of motion (ROM) Tahun 2024</li> </ul>	
2.	6-01-2025	<p>BAB 4-5</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tindakan ROM bisa lebih di Perjelas waktu, respon setiap kali tindakan dilakukan dan simpulan.</li> <li>- Perhatikan penggunaan Huruf besar</li> </ul>	



( )

Nama : ALI  
NIM : 41121232037  
Kelas : AKSI

: 41121232037.  
: ASKED ABOUT THE

Judul KIAN: Nyeri Akut dan Penetapan Range of Motion (ROM) Tahun 202

NO	TANGGAL	MATERI KONSUL	PARAF
3.	14-01-2025	Konsul Lengkap BAB 1-5 ACC.	