

Aplikasi Pemberian Latihan *Range of motion* (Rom) Untuk Mencegah Kontraktur Pada Pasien
Pasca Operasi Fraktur Humerus Sinistra Hari Ke 1 Diruang Kenanga Rsud Cilacap

Anjar Sulistyono¹, Bejo Danang²

^{1,2} Universitas Al-Irsyad Cilacap

Jl. Cerme No.24 Sidanegara Cilacap

Email: anjarsulistyono@yahoo.com

ABSTRAK

Fraktur humerus adalah terputusnya hubungan tulang humerus disertai kerusakan jaringan lunak sehingga terjadinya hubungan antara fragmen tulang yang patah dengan udara luar yang disebabkan oleh cedera dari trauma langsung yang mengenai lengan atas. *Range of motion* (ROM) adalah gerakan dalam keadaan normal dapat dilakukan oleh sendi yang bersangkutan. **Tujuan:** dilakukan Tindakan ROM untuk mencegah kontraktur dan meningkatkan kekuatan otot pasien. **Metode:** Desain Karya Ilmiah ini deskriptif dalam bentuk studi kasus. Subjek ini berjumlah 1 kasus dengan masalah gangguan mobilitas fisik pasien pasca ORIF fraktur humerus dengan memberikan ROM selama 3 hari pemberian, hari pertama rompasif sebanyak 2 kali pagi dan sore, selanjutnya hari kedua dan ketiga diberikan rom aktif sebanyak 1x dengan durasi 30 menit. **Hasil :** setelah dilakukan Tindakan ROM selama 3 hari kekuatan otot pasien meningkat (2 menjadi 4) dan mencegah terjadinya kontraktur sehingga pemberian Latihan ROM sangat efektif dalam mengatasi masalah gangguan mobilitas fisik pasien pasca ORIF femur Humerus + 1.

Kunci: Fraktur, ORIF, ROM

ABSTRACT

A humerus fracture is a disconnection of the humerus bone accompanied by soft tissue damage resulting in a connection between the broken bone fragments and external air caused by injury from direct trauma affecting the upper arm. *Range of motion* (ROM) is the movement under normal conditions that can be carried out by the joint in question. **Objective:** ROM procedures are carried out to prevent contractures and increase the patient's muscle strength. **Method:** The design of this scientific work is descriptive in the form of a case study. This subject amounted to 1 case with the problem of impaired physical mobility of the patient after ORIF humerus fracture by giving ROM for 3 days, the first day passive ROM 2 times in the morning and evening, then on the second and third day active ROM was given once with a duration of 30 minutes. **Results:** after ROM procedures were carried out for 3 days, the patient's muscle strength increased (from 2 to 4) and prevented contractures, so that giving ROM exercises was very effective in overcoming the problem of impaired physical mobility in patients after ORIF of the humerus femur + 1.

Keys: Fracture, ORIF, ROM