

PENERAPAN TERAPI *RANGE OF MOTION* (ROM) PADA PASIEN STROKE ISKEMIK DI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS MEDAN SUNGGAL

¹Fira Azhara, ²Afiatika Ahsani
STIKes Malahayati Medan, Indonesia

Jl. Cendrawasih No. 161, Sei Sikambing B, Kec. Medan Sunggal
Kota Medan, Sumatera Utara

Email : azharafira35@gmail.com, afiatikaahsani@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Stroke Iskemik adalah cedera otak yang didapat yang disebabkan oleh penyumbatan pembuluh darah atau suplai darah yang tidak memadai sehingga menyebabkan infark atau perdarahan pada parenkim otak. Stroke menduduki peringkat kedua sebagai penyebab kematian terbesar di dunia dan merupakan penyumbang kecacatan terbesar, sehingga menimbulkan beban ekonomi yang signifikan. Masalah yang sering muncul pada pasien stroke iskemik adalah adanya suatu masalah pada anggota gerak sehingga kemampuan individu dalam bergerak tidak bisa bebas dan terbatas yang biasa disebut dengan masalah gangguan mobilitas fisik. Stroke iskemik sebagian dari penyakit kardioserebrovaskular yang di golongkan ke dalam penyakit katastrofik karena mempunyai dampak luas secara ekonomi dan sosial. Penyakit stroke iskemik dapat menyebabkan kecacatan permanen yang tentunya dapat mempengaruhi produktivitas penderitanya. **Tujuan:** Mengetahui hasil penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) terhadap kekuatan otot pasien. **Metode:** Menggunakan studi kasus dan subjek dengan cara pengumpulan data dari wawancara dan observasi pada pasien Stroke Iskemik dengan masalah keperawatan Gangguan Mobilitas Fisik. **Hasil:** setelah dilakukan tindakan keperawatan terapi *Range Of Motion* (ROM) di jadwal rutin dua kali sehari pagi dan sore selama 6 hari dengan waktu 15-20 menit didapatkan adanya kenaikan otot menjadi 4 5 4 5. **Kesimpulan:** didapatkan adanya kenaikan kekuatan otot pada pasien Stroke Iskemik setelah dilakukan terapi *Range Of Motion* (ROM).

Kata kunci: Kekuatan Otot, *Range Of Motion* (ROM), Stroke Iskemik.

Abstract

Background: Ischemic stroke is an acquired brain injury caused by blockage of blood vessels or inadequate blood supply resulting in infarction or hemorrhage in the brain parenchyma. Stroke is ranked as the second leading cause of death in the world and is the largest contributor to disability, resulting in a significant economic burden. The problem that often arises in ischemic stroke patients is the presence of a problem in the limbs so that the individual's ability to move cannot be free and limited which is commonly referred to as the problem of physical mobility disorders. Ischemic stroke is part of cardiovascular disease which is classified as a catastrophic disease because it has a wide economic and social impact. Ischemic stroke can cause permanent disability which can certainly affect the productivity of the sufferer. **Purpose:** Knowing the results of the application of *Range Of Motion* (ROM) exercises on the patient's muscle strength. **Methods:** Using case studies and subjects by collecting data from interviews and observations on Ischemic Stroke patients with nursing problems of Physical Mobility Disorders. **Results:** after carrying out *Range Of Motion* (ROM) therapy nursing actions on a routine schedule twice a day morning and evening for 6 days with 15-20 minutes, it was found that there was an increase in muscle to 4 5 4 5. **Conclusion:** there is an increase in muscle strength in Ischemic Stroke patients after *Range Of Motion* (ROM) therapy.

Keywords: Muscle Strength, *Range Of Motion* (ROM), Ischemic Stroke.

1. LATAR BELAKANG

Stroke iskemik adalah cedera otak yang didapat yang disebabkan oleh penyumbatan pembuluh darah atau suplai darah yang tidak memadai sehingga menyebabkan infark atau perdarahan pada parenkim otak. Stroke menduduki peringkat kedua sebagai penyebab kematian terbesar di dunia dan merupakan penyumbang kecacatan terbesar, sehingga menimbulkan beban ekonomi yang signifikan (Tranggono Yudo Utomo, 2024).

Menurut WHO (*World Health Organization*) stroke iskemik merupakan penyebab utama kecacatan pada dunia dan stroke iskemik merupakan penyakit yang menyebabkan kematian kedua. Faktor risiko gaya hidup untuk stroke iskemik termasuk kelebihan berat badan (obesitas), kegiatan fisik, merokok, dan penyalahgunaan alkohol. Faktor risiko medis mencakup tekanan darah tinggi, kolesterol tinggi, diabetes, riwayat stroke atau riwayat serangan jantung (WHO, 2021).

Menurut *World Stroke Organization* (2022), secara global lebih dari 12,2 juta atau satu dari empat orang di atas usia 25 akan mengalami Stroke atau lebih dari 101 juta orang yang hidup semua di antaranya adalah Stroke pertama kali, sementara 185.000 adalah stroke berulang. Di Indonesia berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) pada 2023, angka prevalensi stroke di Indonesia mencapai 8,3% per 1000 penduduk. Di Sumatera Utara memiliki angka prevalensi kesehatan sebesar 9,3%, dan kota Medan yang sudah di diagnosis Stroke oleh tenaga kesehatan sebesar 6,7% (Riskesmas, 2020). Berdasarkan data 10 penyakit di Puskesmas Medan Sunggal. Stroke iskemik merupakan penyakit terbanyak ke-6 yang diderita oleh Masyarakat Medan Sunggal dengan jumlah 691 orang pada kasus bulan Desember 2023 (Data Primer 2023).

Masalah yang sering muncul pada pasien stroke adalah adanya suatu masalah pada anggota gerak sehingga kemampuan individu dalam bergerak tidak bisa bebas dan terbatas yang biasa disebut dengan masalah gangguan mobilitas fisik (Azizah & Wahyuningsih, 2020). Stroke sebagian dari penyakit kardioserebrovaskular yang di golongankan ke dalam penyakit katastrofik karena mempunyai dampak luas secara ekonomi dan sosial. Penyakit stroke dapat menyebabkan kecacatan permanen yang tentunya dapat mempengaruhi produktivitas penderitanya (Tranggono Yudo Utomo, 2024).

Selain terapi medis adapun terapi non farmakologi yaitu *Range Of Motion* (ROM) adalah beberapa gerakan persendian pada bagian bagian tubuh kepada pasien yang mobilitasnya terbatas karena penyakit, disabilitas dan trauma baik secara aktif maupun pasif untuk mencegah kekakuan pada sendi dan meningkatkan kekuatan otot (Ernawati & Baidah, 2022).

Penelitian yang dilakukan Daulay, (2021) yang mengatakan penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) di jadwal rutin dua kali sehari pagi dan sore selama enam hari dengan waktu pemberian 15-20 menit yang tujuannya untuk meningkatkan atau mempertahankan fleksibilitas dan kekuatan otot, mempertahankan fungsi jantung dan pernafasan, mencegah kekakuan pada sendi, merangsang sirkulasi darah, dan pencegah kelainan bentuk, kekuatan dan kontraktur.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk mengimplementasikan tindakan *Range Of Motion* pada pasien Stroke Iskemik Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Sunggal

2. METODE

Artikel ini menggunakan desain studi kasus (*case study*). Instrumen penulisan data menggunakan SOP *Range Of Motion* (ROM) Rumah Sakit Islam Malahayati Medan. Lembar dokumentasi yaitu lembar evaluasi. Yang berisi hasil tingkat kemampuan otot pada pasien stroke. Subyek digunakan adalah pasien Pria usia 66 tahun yang bertempat tinggal di Sei Sikambing B Medan Sunggal.

3. HASIL

Pengkajian keperawatan pada kasus ini dilakukan pada tanggal 17 Februari 2025 sampai dengan 22 Februari 2025. Hasil dari pengkajian pada Tn.S ditemukan data sebagai berikut: Tn.S berusia 66 tahun, jenis kelamin Laki-Laki, pekerjaan supir, pendidikan terakhir SMP dengan diagnosa medis Stroke Iskemik, dengan pasien mengeluh ekstremitas sinistra nya merasa lemas dan lemah saat digerakkan, hal ini sudah dialami 8 bulan yang lalu.

Ini sesuai dengan teori Nurshiyam *et al.*, (2020) menyatakan bahwa pasien yang mengalami serangan stroke iskemik akan mengalami kelemahan atau kelumpuhan anggota badan. Akibat dari kelemahan atau kelumpuhan akan menyebabkan pasien sulit

menggerakkan ekstremitas dan menimbulkan gangguan mobilitas fisik dalam melakukan aktifitas sehari-hari. Teori tentang jenis kelamin untuk penyakit stroke Iskemik adalah jenis kelamin laki-laki yang paling banyak mengalami stroke Iskemik dari pada jenis kelamin perempuan, karena laki-laki pola hidup yang tidak sehat seperti: meminum minuman yang beralkohol, kandungan kimia yang ada dirokok dan cairan yang ada di vape (rokok elektrik) (Sholihany *et al.*, 2021). Stroke iskemik menyerang lanjut usia karena di usia lanjut pembuluh darah mengalami penyempitan dan kaku yang mengakibatkan pembuluh darah mudah pecah ataupun penyumbatan (Indra, 2020).

Berdasarkan hasil pengkajian pada pasien ditemukan masalah keperawatan pada pasien yaitu Gangguan mobilitas fisik, berdasarkan diagnosis keperawatan yang telah ditegakkan pada tahap ini penulis akan membahas keterkaitan antara perencanaan yang dibuat dengan teori yang dipakai perencanaan asuhan keperawatan yang dilakukan pada pasien dengan masalah gangguan mobilitas fisik berhubungan dengan kegagalan anggota gerak dengan intervensi berdasarkan SLKI yaitu gangguan mobilitas fisik (L.05042), dengan perencanaan Dukungan Mobilisasi (I.05173) : observasi yaitu Identifikasi adanya nyeri atau keluhan fisik lainnya, Identifikasi toleransi fisik melakukan pergerakan, Monitor frekuensi jantung dan tekanan darah sebelum mobilisasi, terapeutik yaitu Fasilitas aktivitas mobilisasi dengan alat bantu (mis. Pagar tempat tidur), libatkan keluarga untuk membantu pasien dalam meningkatkan pergerakan, Berikan bantuan untuk melatih ROM pada pasien, edukasi yaitu jelaskan tujuan dan prosedur mobilisasi, ajarkan mobilisasi sederhana yang harus dilakukan (mis. Duduk ditempat tidur, pindah dari tempat tidur ke kursi).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Daulay, (2021) yang mengatakan penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) di jadwal rutin dua kali sehari pagi dan sore selama enam hari dengan waktu pemberian 15-20 menit yang tujuannya untuk meningkatkan atau mempertahankan fleksibilitas dan kekuatan otot, mempertahankan fungsi jantung dan pernafasan, mencegah kekakuan pada sendi, merangsang sirkulasi darah, dan mencegah kelainan bentuk, kekuatan dan kontraktur.

Asuhan atau pelaksanaan tindakan keperawatan pada pasien dilaksanakan pada tanggal 17 Februari 2025 sampai tanggal 22 Februari 2025 dengan evaluasi tindakan keperawatan Setelah dilakukan terapi *Range Of Motion* (ROM) evaluasi yang didapatkan dari pasien yaitu pasien mengatakan ekstremitas sinistranya sudah bisa

digerakkan, Pasien tampak menggerakkan ekstremitas sinistranya, pasien tampak sudah tidak dibantu keluarganya lagi. Dengan TTV: TD: 140/70 mmHg, HR: 83x/menit, RR: 20x/i, T: 36,5 C. Sebelum dilakukan terapi *Range Of Motion* (ROM) kekuatan otot ekstremitas sinistra superior 2, ekstremitas dextra superior 5, ekstremitas sinistra interior 2, dan ekstremitas dextra interior 5 dan setelah dilakukan terapi *Range Of Motion* (ROM) pada hari kelima kekuatan otot masih ekstremitas sinistra superior 4, ekstremitas dextra superior 5, ekstremitas sinistra interior 4, dan ekstremitas dextra interior 5. Pada hari pertama sampai di hari keenam sudah ada peningkatan kekuatan otot pada pasien.

4. PEMBAHASAN

Stroke iskemik adalah gangguan neurologis yang ditandai dengan penyumbatan pembuluh darah. Gumpalan terbentuk di bentuk dan mengganggu aliran darah, menyumbat arteri dan menyebabkan perdarahan. Pecahnya arteri yang menuju ke otak sekama stroke iskemik menyebabkan sel-sel di otak mengalami kekurangan pasokan oksigen dan menyebabkan kematian sel secara tiba-tiba. Stroke iskemik juga dapat menyebabkan depresi dan demensia. Stroke iskemik didefinisikan sebagai ledakan neurologis secara tiba-tiba yang disebabkan oleh gangguan perfusi pembuluh darah ke otak. Stroke terdiri dari 2 jenis, yaitu iskemik dan hemoragik. Stroke iskemik disebabkan oleh kekurangan suplai darah dan oksigen ke otak, sedangkan stroke hemoragik disebabkan oleh pendarahan atau kebocoran pembuluh darah (Aprilita Rina Yanti, 2022).

Selain terapi medis adapun terapi non farmakologi yaitu *Range Of Motion* (ROM) adalah beberapa gerakan persendian pada bagian bagian tubuh kepada pasien yang mobilitasnya terbatas karena penyakit, disabilitas dan trauma baik secara aktif maupun pasif untuk mencegah kekakuan pada sendi dan meningkatkan kekuatan otot (Ernawati & Baidah, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Daulay, (2021) dengan judul Penerapan Latihan *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Perubahan Kekuatan Otot Ekstremitas Pada Pasien Lansia Dengan Kasus Stroke iskemik. Latihan *Range Of Motion* (ROM) di jadwal rutin dua kali sehari pagi dan sore selama 6 hari dengan waktu pemberian 15-20 menit yang tujuannya untuk meningkatkan atau mempertahankan fleksibilitas dan

kekuatan otot, mempertahankan fungsi jantung dan pernafasan, mencegah kekakuan pada sendi, merangsang sirkulasi darah, dan pencegah kelainan bentuk, kekuatan dan kontraktur. Dan arkan penelitian yang dilakukan Kusuma & Sara, (2020) dengan judul Pengaruh *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Pada Pasien Stroke. Latihan *Range Of Motion* (ROM) pada penderita stroke iskemik dapat dilakukan 2 kali sehari selama 1 minggu dan 2 minggu yaitu pagi dan sore selama 10-15 menit yang tujuannya untuk meningkatkan fleksibilitas dan rentang gerak sendi.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan studi kasus yang dilakukan bahwa intervensi Terapi Rendam Kaki dengan Air Hangat yang dilakukan selama 6 hari selama 2 kali pertemuan pagi dan sore hari terhadap seorang pasien dapat meningkatkan masa otot pada pasien stroke, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh implementasi Terapi *Range Of Motion* (ROM) pada pasien stroke.

6. DAFTAR REFERENSI

- Agusrianto, N. R., & Rantesigi, N. (2020). Penerapan latihan *Range Of Motion* (ROM) Pasif Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Ekstremitas Pada Pasien Dengan Kasus Stroke. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)* Vol, 2(2).
- Anggreini, Fitriyani. (2021). Tatalaksana Non Farmakologi Stroke. Kalimantan Selatan. LPPM STIKES Cahaya Bangsa.
- Azizah, Wahyuningsih. (2020). Penerapan Intervensi *Range Of Motion* Ekstremitas Kiri Pada Pada Pasien Stroke Iskemik Dalam Mengatasi Masalah Gangguan Mobilitas Fisik. (2022). *Jurnal Ilmiah Kesehatan STIKES Bahrul Ulum Jombang*.
- Bistara, D. N. (2019). Pengaruh *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Kekuatan Otot Pada Pasien Stroke Iskemik. *Jurnal Kesehatan Vokasional (JKESVO)*, 4(2), 112-117.
- Hanifah, Z. S., Fitri, S. U. R. A., & Rahayu, U. (2024). Penerapan Latihan Rom Pasif Terhadap Tingkat Kekuatan Otot Ekstremitas pada Pasien Stroke Iskemik: Studi Kasus. *Jurnal Medika Nusantara*, 2(3), 77-90.

- Indonesia, P. P. N. I. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia. Jakarta: Ppni
Puskesmas Medan Sunggal. 2023. Profil Puskesmas Medan Sunggal.
- Riskesdas. 2020. Laporan Sumatera Utara. Badan Penelitian dan Pengembangan
Kesehatan.
- Riskesdas. 2023. Laporan Indonesia. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Saudi, L. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Cerebro Vaskuler Disease
Stroke Iskemik Berdasarkan SDKI DAN SIKI di Rumah Sakit Wilayah Jakarta
Selatan. Indonesian Journal of Nursing Scientific, 2(1), 26-33.
- Yusnita, E. D., Darliana, D., & Amalia, R. (2022). Manajemen Keperawatan Pada
Pasien Stroke iskemik Di Ruang Saraf: Suatu Studi Kasus. Jurnal Ilmiah
Mahasiswa Fakultas Keperawatan, 6(1)