



## PENYULUHAN RANGE OF MOTION (ROM) PASIF DI RUANG PERAWATAN MAWAR KELAS III RSUD UNDATA PALU.

Vidya Urbaningrum<sup>1</sup>, Agnes erlita distriani patade<sup>2</sup>, katrina febby lestari<sup>3</sup>, Pebriani<sup>4</sup>, Ribka Gracia Guampe<sup>5</sup>, Andi Putri Ayu Thamar<sup>6</sup>  
<sup>1,2,3,4,5,6</sup>Universitas Widya Nusantara Palu

### Article Information

#### Article history:

Received Desember 11, 2023

Approved Desember 19, 2023

#### Keywords:

Penyuluhan Hambatan Mobilitas Fisik.

### ABSTRAK

*PENDAHULUAN: Hambatan mobilitas fisik adalah hambatan yang secara mandiri dan spesifik membatasi pergerakan fisik satu atau lebih anggota tubuh. Menurunnya mobilitas fisik yang terjadi pada lansia berdampak pada perubahan performa atletik, seperti menurunnya kekuatan dan power otot. Hal ini biasanya disertai dengan perubahan fisik yang terjadi seiring bertambahnya usia, penurunan kinerja otot, kekakuan sendi, dan tremor pada tangan, kepala, dan tangan. Pada pasien dengan hambatan mobilitas fisik dapat ditangani dengan terapi Range Of Motion (ROM). METODE: Kegiatan ini melibatkan pasien dan keluarga di Ruang Perawatan Mawar Kelas III RSUD Undata Palu berjumlah 15 orang dilakukan dengan metode ceramah dengan menggunakan SAP (satuan acara penyuluhan) dan leaflet.*

### ABSTRACT

**INTRODUCTION:** Physical mobility barriers are barriers that independently and specifically limit the physical movement of one or more body parts. The decrease in physical mobility that occurs in the elderly has an impact on changes in athletic performance, such as decreased muscle strength and power. This is usually accompanied by physical changes that occur with age, decreased muscle performance, joint stiffness, and tremors of the arms, head, and hands. Patients with physical mobility barriers can be treated with Range Of Motion (ROM) therapy. **METHODS:** This activity involved 15 patients and families in the Class III Mawar Treatment

Room at Undata Hospital, Palu, using the lecture method using SAP (counseling event unit) and leaflets

---

© 2023 EJOIN

---

\*Corresponding author email: [VidyaUrbaningrum@gmail.com](mailto:VidyaUrbaningrum@gmail.com)

---

## **PENDAHULUAN**

Mobilitas fisik adalah kemampuan seseorang untuk bergerak bebas dan teratur untuk memenuhi kebutuhan aktivitas dan menjaga kesehatan. Faktor yang mempengaruhi mobilitas antara lain pola hidup yang tidak sehat, seperti: Seiring bertambahnya usia dan status perkembangan seseorang, faktor-faktor berikut dapat mempengaruhi usia dan status perkembangan seseorang: pola makan, gaya hidup yang tidak banyak bergerak, kurangnya kebebasan bergerak, dll. Kelemahan otot dapat mempengaruhi mobilitas. Berbeda dengan anak muda yang mempunyai energi kinetik.

Seseorang dapat memiliki mobilitas fisik yang terbatas karena berbagai alasan. Misalnya kerusakan saraf terutama stroke, atau penyakit pada sistem muskuloskeletal terutama dislokasi sendi atau tulang yang disebabkan oleh anggota keluarga atau orang lain. (Nur Azizah 2020) Mengatasi masalah pada pasien dengan masalah keperawatan hambatan mobilitas fisik adalah dengan memberikan asuhan keperawatan secara komprehensif salah satunya pemberian latihan ROM (Range Of Motion). (Tejo Saksono 2022)

Latihan rentang gerak (ROM) adalah latihan yang dilakukan untuk mempertahankan atau meningkatkan kemampuan menggerakkan sendi secara normal dan penuh serta untuk meningkatkan massa dan tonus otot. Latihan ROM biasanya dilakukan pada pasien setengah koma dan tidak sadar, pasien dengan mobilitas terbatas yang tidak mampu melakukan beberapa atau seluruh latihan rentang gerak secara mandiri, pasien yang tirah baring total, atau pasien dengan quadriplegia total. (Agusrianto, Rantesigi 2020)

## **METODE PELAKSANAAN**

Kegiatan ini melibatkan pasien dan keluarga pasien di Ruang Perawatan Mawar Kelas III RSUD Undata Palu berjumlah 15 orang dilakukan dengan metode ceramah memberikan penyuluhan satu kali dan mengevaluasi kembali apakah sudah mengerti dan paham tentang penjelasan materi. Pada pengabdian ini melibatkan semua pasien dan keluarga pasien yang mengalami hambatan mobilitas fisik. Penerapan latihan ROM pasif dilakukan satu kali peragaan dengan waktu pemberian 15-20 menit untuk meningkatkan kekuatan otot dan mengajarkan keluarga untuk dapat diimpelmentasikan dikemudian hari.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan penyuluhan Range Of Motion (Rom) Pasif bertujuan untuk meningkatkan kekuatan otot. Kegiatan ini melibatkan 3 dosen dan 3 mahasiswa Program Studi S1 Ners Universitas Widya Nusantara Palu yang mana kegiatan berlangsung pada tanggal 23 November 2023 Di Ruang Perawatan Mawar Kelas III RSUD Undata Palu Provinsi Sulawesi Tengah. Dimana sasaran kegiatan penyuluhan ini adalah semua pasien kelas III dan keluarga pasien dengan total jumlah yang hadir adalah 15 orang.

Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan ini pemateri memberikan beberapa pertanyaan secara Lisan sebanyak 2 Pertanyaan ini dilakukan untuk melihat bagaimana pengetahuan pasien dan keluarga. Dari 15 yang hadir dalam kegiatan semua mengatakan belum pernah melakukan Range Of Motion (Rom) Pasif.



Gambar 1. Sesi tanya jawab

Kegiatan ini dilanjutkan dengan pemberian penyuluhan dengan metode ceramah dan tanya jawab.



Gambar 3. Latihan ROM

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Dari Hasil kegiatan yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan penyuluhan program yang telah dilakukan Di Ruang Perawatan Mawar Kelas III RSUD Undata Palu Provinsi Sulawesi Tengah sebelum dilakukan penyuluhan masih sangat kurang pengetahuan tentang mobilitas fisik dan latihan ROM. Namun setelah dilakukan penyuluhan dan penjelasan tentang ROM, pasien dan keluarga mengerti dan dapat diimplementasikan dikemudian hari.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih kami sampaikan kepada Direktur Universitas Widya Nusantara, kepala LPPM beserta jajarannya yang telah memfasilitasi kegiatan pengabdian kepada

masyarakat dan kepada pasien dan keluarga pasien yang telah mengikuti dalam kegiatan penyuluhan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Reza Rozanna, Dara Febriana, Rahmawati Rahmawati, (2022) Pemberian Range Of Motion (Rom) Pada Lansia Dengan Hambatan Mobilitas Fisik: Suatu Studi Kasus, Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan.
- [2] Nur Azizah, Wahyuningsih, (2020). Genggam Bola Untuk Mengatasi Hambatan Mobilitas Fisik Pada Pasien Stroke Nonhemoragik, Jurnal Manajemen Asuhan Keperawatan Vol. 4 No. 1 Januari 2020, Halaman 35 – 42
- [3] Tejo Saksono, Siwi, Putranti (2022) Asuhan Keperawatan Hambatan Mobilitas Fisik Pada Pasien Dengan Stroke Iskemik. Jurnal Inovasi Penelitian Vol.3 No.7 Desember 2022.
- [4] Agusrianto, Rantesigi 2020. Penerapan Latihan Range of Motion (ROM) Pasif terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Ekstremitas pada Pasien dengan Kasus Stroke. Jurnal ilmiah kesehatan Vol. 2, No. 2, Agustus 2020, pp 61-66