

GAMBARAN PEMBERIAN RANGE OF MOTION PADA Ny. S PASCA STROKE DENGAN GANGGUAN MOBILITAS FISIK DI WILAYAH PUSKESMAS PEJAWARAN KABUPATEN BANJARNEGARA

Budi Priyanto¹, Sudiarto², Fida Dyah Puspasari³

priyantob63@gmail.com¹, ato.alfito@gmail.com², fidaanizar@gmail.com³

Politeknik Yapermas Banyumas

ABSTRAK

Latar belakang: Stroke merupakan salah satu penyakit neurologi yang dapat menyebabkan kelemahan pada sebagian atau seluruh anggota ekstremitas. Prevalensi stroke di Indonesia cenderung mengalami peningkatan, pada hasil Riskesdas 2018 insiden stroke di Indonesia adalah 7 per 1.000 penduduk, dan pada hasil Riskesdas 2018 meningkat menjadi 10,9 per 1.000 penduduk dan merupakan penyebab kematian utama hampir disemua rumah sakit di Indonesia yakni mencapai 14,5%. Sehingga perlu dilakukan tindakan nonfarmakologi guna meningkatkan kekuatan otot pasien yakni menggunakan tindakan range of motion. Tujuan: Mendeskripsikan pemberian range of motion pada Ny. S pasca stroke dengan masalah utama gangguan mobilitas fisik di Wilayah Puskesmas Pejawaran Kabupaten Banjarnegara?. Metode: metode yang digunakan adalah metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil: Berdasarkan hasil penelitian, pemberian range of motion pada pasien pasca stroke selama 6 hari rutin dua kali sehari tidak terjadi perubahan skor kekuatan otot, hanya berpengaruh terhadap penurunan kekakuan pada otot. Kesimpulan: Pemberian range of motion pada pasien pasca stroke selama 6 hari tidak menyebabkan perubahan skor kekuatan otot, hanya berpengaruh terhadap penurunan kekakuan pada otot.

Kata Kunci: Lansia, Mobilitas Fisik, ROM, Stroke.

ABSTRACT

Background: Stroke is a neurological disease that can cause weakness in part or all of the extremities. The prevalence of stroke in Indonesia tends to increase, in the 2018 Riskesdas results the incidence of stroke in Indonesia was 7 per 1,000 population, and in the 2018 Riskesdas results it increased to 10.9 per 1,000 population and is the main cause of death in almost all hospitals in Indonesia, reaching 14.5%. So it is necessary to take non-pharmacological measures to increase the patient's muscle strength, namely using range of motion measures. Objective: Describe the range of motion provided to Mrs. S post-stroke with the main problem being impaired physical mobility in the Pejawaran Community Health Center Area, Banjarnegara Regency. Method: Data collection method using descriptive analysis with case study approach. Result: Based on the research results, giving range of motion to post-stroke patients for 6 days routinely twice a day did not change muscle strength scores, it only had an effect on reducing muscle stiffness. Conclusion: Giving range of motion to post-stroke patients for 6 days did not cause changes in muscle strength scores, only had an effect on reducing muscle stiffness.

Keywords: Elderly, Mobility, Physical, ROM, Stroke.

PENDAHULUAN

Kesehatan adalah hal yang paling berpengaruh terhadap hidup seseorang, akan tetapi banyak yang menganggap remeh kesehatan. Mereka tidak memperdulikannya dengan tetap menerapkan gaya hidup tidak sehat tanpa mereka sadari. Padahal hal tersebut dapat berdampak fatal sebagai agen penyebab timbulnya penyakit salah satunya penyakit tidak menular yaitu stroke non hemoragik yang dapat mengganggu pergerakan/mobilitas seseorang (Nistain & Pakaya, 2021).

Kesehatan menjadi salah satu hal yang menjadi dasar dari kebutuhan manusia. Segala unsur yang diperlukan oleh manusia pada dasarnya bertujuan untuk pertahanan kesehatan serta kehidupan dalam mempertahankan keseimbangan psikologis serta fisiologis merupakan kebutuhan dasar manusia (Nistain & Pakaya, 2021)

Kebutuhan dasar manusia terdiri dari 14 kebutuhan mulai dari bernafas, istirahat, sampai keingintahuan mengenai perkembangan kesehatan yang normal. Salah satu kebutuhan yang menjadi dasar adalah bergerak serta mobilisasi (Fatmawati, 2022)

Mobilisasi yaitu keinginan untuk bergerak bebas sebagai salah satu pemenuhan kebutuhan hidup sehat, apabila seseorang tidak tercukupi untuk kebutuhan tersebut maka menyebabkan penanganan keperawatan karena hal tersebut berdampak pada ketergantungan (Eka et al., 2021).

Gangguan mobilitas terjadi apabila seseorang mengalami cedera otot berat yang berdampak pada ketidakbebasan serta terganggunya aktivitas pada penderitanya merupakan definisi dari gangguan mobilitas yang biasanya dipengaruhi oleh banyak penyebab gaya hidup serta usia (Nistain & Pakaya, 2021)

Salah satu dampak gangguan mobilitas yang berpengaruh terhadap tubuh adalah gangguan muskuloskeletal yang menyebabkan melemahnya otot serta kerapuhan tulang yang mempengaruhi kekuatan (Eka et al., 2021)

Stroke dapat menyebabkan gangguan mobilitas, yaitu akibat gangguan neurologi iskemik ataupun hemoragik, Iskemik terjadi ketika ada penyumbatan pembuluh darah bagian lumennya yang bisa menyebabkan kesulitan berbicara, berjalan, serta kelemahan di beberapa anggota tubuh (Eka et al., 2021)

Berdasarkan data WHO (World Health Organisation), sebagian kematian yang terjadi didunia 54% nya disebabkan oleh sepuluh penyakit, dengan prosentasi stroke paling tinggi yaitu mematikan 15 juta manusia di tahun 2015, didukung oleh sumber riskeddas (2018) kejadian stroke di Indonesia angka kejadian penyakit ini terus bertambah sekitar 15%, sejak 2013 dari 9%. Provinsi paling tinggi yaitu Kalimantan Timur sejumlah 15% sedangkan untuk provinsi paling sedikit yaitu Papua sejumlah 4,1%, penyakit stroke di Jawa Tengah tercatat sebanyak 3,8%. Sedangkan kasus stroke di Kabupaten Banjarnegara mencapai 10.309 kasus

Hasil penelitian didapatkan bahwa 90% pasien dengan stroke mengalami gangguan mobilitas. Dan dengan penerapan ROM (Range Of Motion) dapat menurunkan hilangnya kemampuan menyeimbangkan posisi tubuh, kekuatan otot serta fungsi sendi terpelihara dengan baik untuk mobilisasi (Nurazizah, 2020)

Hasil penelitian (Nistain & Pakaya, 2021), ROM yang dilakukan rutin dua kali sehari pagi dan sore hari selama enam hari dengan waktu pemberian 15-20 menit. dapat meningkatkan atau mempertahankan fleksibilitas dan kekuatan otot.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan adalah metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus dimana metode yang akan digunakan memiliki tujuan utama yaitu untuk menggambarkan atau mendeskripsikan peristiwa-peristiwa yang terjadi pada masa kini yang terdiri dari 1 tindakan keperawatan yaitu pemberian range of motion pada Ny. S pasca stroke dengan masalah utama gangguan mobilitas fisik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Studi kasus ini dilaksanakan di Desa Darmayasa RT01/RW04, Kecamatan Pejawaran, Kabupaten Banjarnegara. Studi kasus ini dengan mengambil pasien Tn.S berusia 69 tahun. Responden tersebut sesuai dengan kriteria inklusi yaitu klien bersedia menjadi responden,

klien dengan stroke, mengalami kelemahan pada ekstremitas, berjenis kelamin laki-laki/perempuan, berumur 60-90 tahun ke atas. Peneliti akan mendampingi responden melakukan range of motion selama 6 hari rutin dua kali sehari pagi dan sore dengan waktu pemberian 15-20 menit.

ROM merupakan salah satu bentuk latihan dalam proses rehabilitasi yang dinilai masih cukup efektif untuk mencegah terjadinya kecacatan pada pasien dengan stroke. Secara konsep, latihan ROM dikatakan dapat mencegah terjadinya penurunan fleksibilitas sendi dan kekakuan sendi (Lewis et al., 2017).

Pada tanggal 21 April 2024 peneliti melakukan kunjungan ke rumah responden untuk melakukan pengkajian. Dari pengkajian pengukuran kekuatan otot menggunakan Manual Muscle Test (MMT) didapatkan data bahwa kekuatan otot responden 1 yaitu terdapat sedikit kontraksi otot, namun tidak didapatkan gerakan oleh otot tersebut. Tekanan darah klien 180/100. Beberapa efek stroke yang paling umum adalah dampak pada fisik seperti mengalami kelemahan otot, kelumpuhan, kekakuan atau perubahan sensasi, biasanya terjadi pada satu sisi tubuh. Efek ini dapat mempersulit untuk menggerakkan beberapa bagian tubuh, dan mungkin akan mengalami kesulitan ketika melakukan aktivitas sehari-hari (Susanti et al., 2019).

Implementasi dilakukan pada tanggal 22 April 2024 – 24 April 2024 pada pagi hari dan sore hari dengan respon klien merasa nyaman dengan tindakan yang diberikan seperti latihan Range Of Motion (ROM) secara perlahan. Klien tampak mengikuti arahan dari peneliti dengan baik. Akan tetapi belum ada perubahan perkembangan skor kekuatan otot.

Implementasi pada tanggal 25 April 2024 masih tidak ada perubahan skor kekuatan otot. Selain itu klien juga masih mengeluhkan adanya kekakuan otot pada tangannya. Menurut Irawan & Santjaka (2020), latihan Range Of Motion (ROM) bertujuan untuk mempertahankan atau memelihara fleksibilitas dan kekuatan otot, memelihara mobilitas persendian dan mencegah kelainan bentuk, kekakuan dan kontraktur.

Implementasi tanggal 26 April 2024 didapatkan data bahwa skor kekuatan otot masih sama dengan sebelumnya yaitu 1, klien mengatakan bahwa kekakuan pada tangannya sudah jauh berbeda dari sebelumnya. Akan tetapi klien mengatakan lehernya terasa kaku dan ketika di cek kadar kolesterolnya didapatkan hasil 215 mg/dl. Peneliti menyarankan agar klien mengurangi konsumsi santan dan makanan berminyak agar kolesterolnya menjadi stabil. Kenaikan kadar kolesterol pada pasien stroke ini disebabkan karena kadar total kolesterol dalam darah tinggi dalam waktu yang berkepanjangan, kelebihan kolesterol yang berada di dalam darah masuk ke dalam dinding lapisan dalam arteri (fatty streak). Peristiwa ini merupakan awal dari terjadinya atherosclerosis. Di lokasi tersebut, endapan cairan pekat yang terdiri dari kolesterol, lemak kapur dan lain-lain menggelembung, semakin lama semakin banyak yang disebut kolesterol plaque atau plak. Karena penggelembungan ini, dinding atau tutup plak menjadi rentan untuk pecah. Bila hal tersebut terjadi, plak masuk ke dalam aliran darah arteri. Keadaan di atas mengakibatkan penumpukan platelete. Berkumpulnya platelete dan zat-zat lain di suatu titik arteri dapat mendorong penggumpalan atau clotting dan menyumbat aliran darah. Jika arteri yang memasok darah ke otot-otot leher terpengaruh, hal ini bisa menyebabkan kekakuan dan ketidaknyamanan di leher. Meskipun kekakuan leher tidak selalu secara langsung disebabkan oleh kolesterol tinggi, kondisi ini bisa menjadi tanda bahwa ada masalah dengan sirkulasi darah yang mungkin terkait dengan penumpukan kolesterol di arteri (Soeharto, 2020).

Implementasi tanggal 27 April 2024 didapatkan data skor kekuatan otot klien masih sama dari pertemuan-pertemuan sebelumnya yaitu 1. Hasil kolesterol 210 mg/dl menurun dari sebelumnya. Klien juga mengatakan bahwa kekakuan otot pada tangan menurun walaupun skor kekuatan otot klien belum ada perubahan. Dalam penelitian Anita (2018)

mengatakan bahwa pasien stroke seharusnya di lakukan mobilisasi sedini mungkin. Salah satu mobilisasi dini yang dapat segera dilakukan adalah pemberian latihan range of motion yang bertujuan untuk meningkatkan kemandirian, kekuatan otot, serta mengurangi kekakuan otot pada pasien pasca Stroke.

Range of motion (ROM) jika dilakukan sedini mungkin dan dilakukan dengan benar dan secara terus menerus akan memberikan dampak yang baik pada kekuatan otot responden. Akan tetapi kadar kolesterol pada pasien juga berpengaruh terhadap kekakuan otot pasien. Kenaikan kadar kolesterol total berpengaruh terhadap makin tua usia seseorang, makin berkurang kemampuan atau aktivitas reseptor kolesterolnya. Hal ini menyebabkan kolesterol dalam darah meningkat, sehingga resiko terjadinya atherosclerosis atau plak pada arteri meningkat (Soeharto, 2020).

Kenaikan kadar kolesterol tersebut dapat pula disebabkan oleh pola makan, serta gaya hidup seseorang yang berdampak pada saat usia lanjut. Kenaikan kadar kolesterol total disebabkan antara lain merokok, hipertensi, diabetes militus, obesitas dan jumlah kadar kolesterol dalam tubuh yang meningkat (Soeharto, 2020).

Menurut American Stroke Association (2024), Stroke berulang dapat menyebabkan berbagai dampak serius pada kesehatan fisik dan mental seseorang. Secara fisik, stroke berulang dapat memperburuk kerusakan otak yang telah terjadi sebelumnya, yang dapat mengakibatkan peningkatan tingkat disabilitas, seperti gangguan bicara, lumpuh sebagian atau total pada satu sisi tubuh, serta kesulitan dalam koordinasi dan keseimbangan. Selain itu, risiko untuk mengalami gangguan kognitif seperti demensia juga meningkat, mengingat kerusakan yang berulang pada jaringan otak. Dari segi mental, stroke berulang dapat memicu masalah psikologis seperti depresi, kecemasan, dan gangguan stres pasca-trauma (PTSD)

Selain itu menurut National Institute of Neurological Disorders and Stroke (2024), Akumulasi dampak ini tidak hanya menurunkan kualitas hidup individu yang terkena, tetapi juga memberikan beban tambahan pada keluarga dan sistem perawatan kesehatan. Menurut American Stroke Association, pasien dengan riwayat stroke memiliki risiko lima kali lebih besar untuk mengalami stroke berulang dibandingkan dengan mereka yang belum pernah mengalami stroke.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, pemberian range of motion pada pasien pasca stroke selama 6 hari rutin dua kali sehari tidak terjadi perubahan skor kekuatan otot sebelum dilakukan tindakan ROM skor 1 dan setelah tetap 1, hanya berpengaruh terhadap penurunan kekakuan pada otot.

DAFTAR PUSTAKA

- Agusrianto, A., & Rantesigi, N. (2020). Application of Passive Range of Motion (ROM) Exercises to Increase the Strength of the Limb Muscles in Patients with Stroke Cases. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 2(2), 61–66. <https://doi.org/10.36590/jika.v2i2.48> Diakses pada tanggal 8 November 2023
- American Stroke Association. (2024). Stroke Statistics. Diakses pada 3 Juni 2024, dari <https://www.stroke.org>
- Apriliyani, K. P. (2021). Pencegahan Stroke Pada Lansia Dengan Hipertensi : Literatur Review Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. http://digilib.unisayogya.ac.id/5594/1/Kiki%20Putri%20Apriliyani_1710201021_Keperawatan%20-%20Kiki%20Putria.pdf Diakses pada tanggal 8 November 2023
- Basuki, L. (2021). Penerapan Rom (Range of Motion) Pada Asuhan Keperawatan Pasien Stroke

- Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Di Rsud Wates Kulon Progo. In Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta. [http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2125/1/Karya Tulis Ilmiah Lengkap.Pdf](http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/2125/1/Karya_Tulis_Ilmiiah_Lengkap.Pdf) Diakses pada tanggal 8 November 2023
- Eka, A., Sari, K., Janu, P., & Ludiana. (2021). Penerapan Range Of Motion (Rom) Pasif Untuk Meningkatkan Kekuatan Otot Pasien Pasca Stroke Di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari Kec . Metro Utara Application Of The Passive Range Of Motion (Rom) To Improve Muscular Strength Of Patients After Stroke In. *Jurnal Cendekia Muda*, 1(2), 209–215. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/202> Diakses pada tanggal 7 November 2023
- Fatmawati. (2022). Pengaruh latihan range of motion terhadap resiko jatuh pada pasien post stroke non hemoragik di poli saraf RSUD sultan Imanuddin pangkalan bun. *Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Borneo Cendekia Medika*. <https://jurnal.pkr.ac.id/index.php/JONAH/article/view/619> Diakses pada tanggal 8 November 2023
- Fitriani, R., Forwaty, E., & Melly. (2022). Penerapan Latihan Range Of Motion (ROM) Untuk Meningkatkan Kekuatan Otot Pada Pasien Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Akibat Stroke. *JONAH (Journal of Nursing and Homecare)*, 1(2), 88–95. <https://repository.poltekkeskupang.ac.id/917/> Diakses pada tanggal 8 November 2023
- Nggebu, J. (2023). Asuhan Keperawatan Pada Ny. P, S dengan Stroke Non Hemoragik di Ruang Cempaka RSUD Prof. Dr. W. Z. Johannes Kupang. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 8(9), 9. [http://repository.poltekkeskupang.ac.id/917/1/KTISTROKE NON HEMORAGI pdf](http://repository.poltekkeskupang.ac.id/917/1/KTISTROKE_NON_HEMORAGI.pdf) Diakses pada tanggal 7 November 2023
- Nistain, K., & Pakaya, N. (2021). Range Of Motion (ROM) on Muscle Strength in Stroke Patients : Literature Review. *Jambura Nursing Journal*, 2(1), 51–67. <http://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jnj> diakses pada tanggal 6 November 2023
- Nurazizah, I. S. (2020). Efektifitas Terapi Aktivitas Range Of Motion (Rom) Pada Pasien Stroke Iskemik Di Rumah Sakit: Literature Review Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu. Universitas Pendidikan Indonesia. <http://repository.upi.edu/50309/> Diakses pada tanggal 6 November 2023
- Suprpto, S., Mulat, T. C., Asmi, A. S., & Muridah, M. (2023). Application of Range of Motion in Stroke Patients with Impaired Physical Mobility. *Jurnal Edukasi Ilmiah Kesehatan*, 1(2), 43–48. <https://doi.org/10.61099/junedik.v1i2.13> Diakses pada tanggal 8 November 2023.