

**PENERAPAN RANGE OF MOTION (ROM) DALAM PENINGKATAN KEKUATAN OTOT
PADA PASIEN POST OP FRAKTUR DI RUANG RAUDHAH 6 RUMAH SAKIT UMUM
DAERAH dr. ZAINOEL ABIDIN BANDA ACEH**

Ratna Juwita¹, Meldy Pratami Lestari²

^{1,2} Akademi Keperawatan Kedam Iskandar Muda Banda Aceh
Email: ratnajuwitazukri@gmail.com

ABSTRAK

Fraktur merupakan putusnya hubungan normal suatu tulang atau tulang rawan yang disebabkan oleh kekerasan, kecelakaan lalu lintas, maupun trauma lainnya. Salah satu cara yaitu dengan penerapan terapi range of motion (ROM) yang merupakan suatu metode yang dapat meningkatkan kekuatan otot. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan peningkatan kekuatan otot setelah dilakukan latihan penerapan range of motion (ROM) pada pasien fraktur. Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan desain studi kasus dengan subjek dua orang, penelitian ini dilakukan pada tanggal 04 sampai 09 April 2019. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi range of motion (ROM) dapat membantu meningkatkan kekuatan otot pada kedua subjek penelitian. Pernyataan tersebut dibuktikan dengan meningkatnya kekuatan otot pada subjek I dengan kekuatan otot pada awal pengkajian kekuatan otot bagian extremitas atas dextra dan sinistra 3, kemudian bagian bawah dextra 3 dan bagian bawah sinistra 1, meningkat pada hari ketiga menjadi 4 bagian extremitas atas dextra dan sinistra , bagian extremitas bawah dextra 4 dan bagian bawah sinistra masih 1. Pada subjek II dengan kekuatan otot bagian extremitas atas dextra dan sinistra 3, kemudian pada bagian bawah dextra 2 dan bagian bawah sinistra 1 pada awal pengkajian, meningkat menjadi menjadi 4 bagian extremitas atas dextra dan sinistra , bagian extremitas bawah dextra 5 dan bagian bawah sinistra masih 1, pada hari ketiga sampai hari keenam. Demikian penerapan terapi range of motion ini dapat diterapkan sebagai terapi nonfarmakologi untuk meningkatkan kekuatan otot yang dapat dilakukan oleh keluarga secara mandiri.

Kata Kunci: Fraktur, Kekuatan otot, Range of motion.

ABSTRACT

Effective communication is the process of delivering a message by someone to another person to change attitudes or behavior, either verbally or indirectly. Adolescent smoking behavior is a habit that can provide pleasure to the smoker, but also has a negative impact on the smoker and the surrounding environment. The purpose of this study is to describe the application of effective communication of parents in reducing smoking behavior in adolescents. The study was conducted in Gampong Meunasah Baro Lamlhom District of Lhoknga Aceh Besar on February 19 until May 12, 2019. This type of research was descriptive with a case study approach with two subjects. In this study researchers used SOP sheets, observation sheets and direct interviews with both subjects. The results showed that changes in smoking behavior in adolescents. It is known that the occurrence of differences in the results of the two subjects in behavioral changes, in the subject I there was no change in smoking behavior and the frequency of smoking was still 16 cigarettes per day. On subject II there was a change in smoking frequency behavior from 16 cigarettes per day to 12 cigarettes per day. So that this research can be used to apply effective communication in the family to reduce smoking behavior in adolescents.

Keywords: Effective communication, parents, adolescents, smoking.

LATAR BELAKANG

Mobilitas manusia yang ingin serba cepat dapat menimbulkan masalah yang cukup serius. Yaitu jumlah kepadatan lalu lintas yang semakin padat. Bertambahnya kepadatan lalu lintas manusia tersebut berakibat terjadinya kecelakaan lalu lintas yang banyak mengakibatkan orang meninggal dunia dikarenakan insiden kecelakaan serta mengalami kecacatan fisik. Kecelakaan tersebut banyak mengakibatkan gangguan kesehatan manusia (Utama et al, 2008).

Menurut World Health Organization (WHO) ditahun 2011 ,terdapat lebih dari 5,6 juta orang meninggal dunia dikarenakan insiden kecelakaan dan 1,3 juta orang mengalami kecacatan fisik yang memiliki nilai yang cukup tinggi yaitu insiden fraktur.

Berdasarkan hasil data riset Kesehatan Dasar (2011), di Indonesia fraktur menjadi penyebab kematian terbesar ketiga di bawah penyakit jantung koroner dan tuberkulosisl. Tercatat 45.987 peristiwa terjatuh yang mengalami fraktur sebanyak 1.775 orang (3,8%).(Nurchairiah, 2014).

Sedangkan data di Aceh kasus fraktur sebanyak 253%, dengan 60% pasien takut melakukan aktifitas, dan 40% dapat bergerak dengan keterbatasan gerak (Bahri, 2018).

Fraktur merupakan putusnya hubungan normal suatu tulang atau tulang rawan yang disebabkan oleh kekerasan, kecelakaan lalu lintas, dan jatuh dari

ketinggian, trauma dan lainnya. Salah satu masalah yang terjadi pada pasien fraktur yaitu keterbatasan gerak sendi tubuh yang dialami oleh pasien. Fraktur dapat menyebabkan kecacatan pada anggota gerak, untuk itu diharuskan segera dilakukan tindakan untuk menyelamatkan pasien (Jitowiyono dan Kristiyanasari,2012)

Untuk menyelamatkan pasien salah satu tindakan yang bisa dilakukan secara bertahap yaitu melalui latihan rentang gerak dengan latihan Range Of Motion (ROM) aktif dan pasif yang merupakan tindakan penting untuk mengembalikan kekuatan otot pasien (Lukman dan Ningsih, 2009).

Latihan Range Of Motion (ROM) merupakan kegiatan yang penting untuk mengembalikan kemampuan Activites Daily Living (ADL)pasien, yaitu kemampuan pasien melakukan aktifitas spesifik dalam hubungannya dengan rutinitas kehidupan sehari-hari seperti mandi, berpakaian, pergi ke toilet dan sebagainya.

Range Of Motion (ROM) harus dilakukan sesering mungkin secara bertahap dan tepat sehingga membantu pemulihan fisik yang lebih cepat dan optimal. Juga dapat mencegah terjadinya kontraktur serta komplikasi yang dapat merugikan bagi pasien serta dapat memberikan dukungan psikologis pada pasien dan keluarga pasien.Dampak dari latihan rentang gerak dapat mencegah pembengkakan, kesemutan kekakuan sendi ,

nyeri serta pucat pada bagian fraktur. (Muttaqin,2008).

Dari penelitian yang dilakukan oleh Nanda tahun 2017 dengan judul “Pengaruh Range Of Motion Terhadap Kekuatan Otot Pada Lansia Badrest Di PSTW Budhi Mulia 3 Jakarta Selatan”,dengan hasil yang didapatkan dari penelitian ini sebagai tambahan informasi kepada masyarakat terhadap latihan Range Of Motion (ROM) untuk meningkatkan aktivitas sehari – hari para lansia, serta ketidak adanya kekakuan otot dan peningkatan kekuatan otot pada lansia agar tidak ketergantungan lansia terhadap orang lain.

Berdasarkan pengkajian awal pada tanggal 04 April 2019 didapatkan hasil pengkajian pada subjek I, dengan keluhan pusing, lemas, tampak pucat serta nyeri post op pada bagian kaki kiri dengan skala nyeri 5, dikarenakan kecelakaan lalu lintas yang mengakibatkan kaki sebelah kiri mengalami fraktur dengan kekuatan otot pengkajian awal masih 3 dan belum diterapkan latihan Range Of Motion (ROM).

Subjek II dengan keluhan pusing, lemas dan pucat, serta nyeri post op pada bagian kaki kiri dengan skala nyeri 7, dikarenakan subjek mengalami kecelakaan lalu lintas dan mengakibatkan kaki sebelah kiri mengalami frakturdengan kekuatan otot 3 juga belum diterapkan latihan Range Of Motion (ROM).

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk memberikan tindakan keperawatan berupa latihan Range Of Motion (ROM) kepada pasien dalam peningkatan kekuatan otot pada pasien fraktur karena juga dapat membantu meningkatkan mobilitas pada pasien fraktur. Dalam bentuk judul Karya Tulis Ilmiah “Penerapan Range Of Motion (ROM) Dalam Peningkatan Kekuatan Otot Pada Pasien Fraktur.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Studi kasus merupakan rancangan penelitian yang mencakup pengkajian satu unit penelitian secara intensif misalnya satu klien, keluarga, kelompok, komunitas, atau institusi (Nursalam, 2008). Tujuan studi kasus ini untuk meningkatkan kekuatan otot setelah diberikan penerapan Range Of Motion (ROM). Subjek dalam penelitian ini adalah dua orang klien yang mengalami fraktur di Rumah Sakit Umum Daerah dr.Zainoel Abidin Banda Aceh dengan kriteria pasien dengan post op fraktur 24 jam, dengan extremitas union, tidak mengalami penurunan kesadaran.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Berdasarkan hasil studi, diketahui bahwa sesudah dilakukan penerapan Range Of Motion (ROM), maka kekuatan otot pada kedua subjek terjadinya peningkatan, untuk

hasil observasi penerapan Range Of Motion (ROM) dan nilai kekuatan otot dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1
Hasil Evaluasi Latihan Range Of Motion (ROM) Pada Subjek I Lembar Observasi Range Of Motion (ROM)

Bagian Tubuh	Tipe Gerakan	Observasi Rentang (derajat)					
		H1	H2	H3	H4	H5	H6
Leher	1. fleksi	40	40	40	40	40	40
	2. ekstensi	40	40	40	40	40	40
	3. hiperekstensi	5	5	5	5	5	5
Bahu	1.fleksi	180	180	180	180	180	180
	2.ekstensi	180	180	180	180	180	180
	3. hiperekstensi	45-60	45-60	45-60	45-60	45-60	45-60
Siku	1.fleksi	150	150	150	150	150	150
Lengan	1.supinasi	70-90	70-90	70-90	70-90	70-90	70-90
Bawah	2.pronasi	70-90	70-90	70-90	70-90	70-90	70-90
Pergelangan Tangan	1.fleksi	90	90	90	90	90	90
Jari – Jari	2.ekstensi	90	90	90	90	90	90
Tangan	3.hiperekstensi	89-90	89-90	89-90	89-90	89-90	89-90
Pinggul	1.fleksi	90-120	90-120	90-120	90-120	90-120	90-120
	2.ekstensi	90-120	90-120	90-120	90-120	90-120	90-120
	3.hiperekstensi	30-50	30-50	30-50	30-50	30-50	30-50
Lutut	1.fleksi	120-130	120-130	120-130	120-130	120-130	120-130
	2.ekstensi	120-130	120-130	120-130	120-130	120-130	120-130
	3.hiperestensi	120-130	120-130	120-130	120-130	120-130	120-130
Mata Kaki Kanan	1.dorsifleksi	20-30	20-30	20-30	20-30	20-30	20-30
Kaki Kanan	2.plantarflexi	45-50	45-50	45-50	45-50	45-50	45-50
Kaki Kanan	1.inversi	10	10	10	10	10	10
Jari Kaki Kanan	2.eversi	10	10	10	10	10	10
Jari Kaki Kanan	1.fleksi	30-60	30-60	30-60	30-60	30-60	30-60
Jari Kaki Kanan	2.ekstensi	30-60	30-60	30-60	30-60	30-60	30-60
Jari Kaki Kanan	3.abduksi	15	15	15	15	15	15

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan hambatan pada subjek I dalam melakukan penerapan Range Of Motion (ROM) subjek tidak mampu melakukan pada bagian pinggul bagian fleksi 50 derajat dari 90-120 derajat, bagian extensi 40 derajat dari 90-120 derajat dan hiperextensi 30 derajat dari 30-50 derajat. Peneliti hanya melakukan penerapan Range Of Motion (ROM) pada extremitas bawah dextra dikarenakan subjek mengalami fraktur femur kiri, dan terpasang gips sampai ke kaki, serta subjek merasakan nyeri sedang (skala

5) pada bagian kaki yang fraktur. Sehingga dari hari pertama hingga hari keenam subjek hanya melakukan penerapan Range Of Motion (ROM) pada extremitas bawah dextra.

Tabel 2
Hasil Evaluasi Peningkatan Kekuatan Otot Pada Subjek I Setelah Dilakukan Latihan Range Of Motion (ROM)

No.	Hari	Kekuatan Otot	Sebelum ROM	Sesudah ROM
1. Pertama	Extremitas Atas:	3333	3333	
	Dextra	3333	3333	
	Sinistra			
	Extremitas Bawah:	3333	3333	
	Dextra	1111	1111	
	Sinistra			
2. Kedua	Extremitas Atas:	3333	3333	
	Dextra	3333	3333	
	Sinistra			
	Extremitas Bawah:	3333	3333	
	Dextra	1111	1111	
	Sinistra			
3. Ketiga	Extremitas Atas:	3333	4444	
	Dextra	3333	4444	
	Sinistra			
	Extremitas Bawah:	3333	4444	
	Dextra	1111	1111	
	Sinistra			
4. Keempat	Extremitas Atas:	4444	4444	
	Dextra	4444	4444	
	Sinistra			
	Extremitas Bawah:	4444	4444	
	Dextra	1111	1111	
	Sinistra			
5. Kelima	Extremitas Atas:	4444	5555	
	Dextra	4444	5555	
	Sinistra			
	Extremitas Bawah:	4444	5555	
	Dextra	1111	1111	
	Sinistra			
6. Keenam	Extremitas Atas:	5555	5555	
	Dextra	5555	5555	
	Sinistra			
	Extremitas Bawah:	5555	5555	
	Dextra	1111	1111	
	Sinistra			

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat dilihat hasil kekuatan otot subjek I dari hari pertama sebelum tindakan ROM, kekuatan otot bagian extremitas atas dextra dan sinistra 3, kemudian bagian bawah dextra 3 dan bagian bawah sinistra 1, sedangkan setelah enam hari dilakukan latihan ROM kekuatan otot extremitas atas dengan hasil pada bagian extremitas atas dextra dan sinistra 5, bagian

extremitas bawah dextra 5, dan bagian bawah extremitas sinistra 1 dikarenakan subjek mengalami fraktur femur dengan terpasang gips serta nyeri sedang (skala 5) pada bagian kaki kiri yang mengalami fraktur.

Tabel 3
Hasil Evaluasi Latihan Range Of Motion (ROM) Pada Subjek II Lembar Observasi Range Of Motion (ROM)

Bagian Tubuh	Tipe Gerakan	Observasi Rentang (derajat)					
		H1	H2	H3	H4	H5	H6
Kepala dan Leher	1. fleksi	40	40	40	40	40	40
	2. ekstensi	40	40	40	40	40	40
	3. hiperextensi	5	5	5	5	5	5
Bahu	1.fleksi	180	180	180	180	180	180
	2.ekstensi	180	180	180	180	180	180
	3. hiperekstensi	45-60	45-60	45-60	45-60	45-60	45-60
Siku	1.fleksi	150	150	150	150	150	150
Lengan Bawah	1.supinasi	70-90	70-90	70-90	70-90	70-90	70-90
Lengan Bawah	2.pronasi	70-90	70-90	70-90	70-90	70-90	70-90
Pergelangan Tangan	1.fleksi	90	90	90	90	90	90
Tangan	2.ekstensi	90	90	90	90	90	90
	3. hiperekstensi	89-90	89-90	89-90	89-90	89-90	89-90
Jari – Jari	1.fleksi	90	90	90	90	90	90
Tangan	2.ekstensi	90	90	90	90	90	90
	3.hiperekstensi	30-60	30-60	30-60	30-60	30-60	30-60
Pinggul	1.fleksi	30-120	90-120	90-120	90-120	90-120	90-120
	2.ekstensi	30-120	90-120	90-120	90-120	90-120	90-120
	3. hiperekstensi	30-50	30-50	30-50	30-50	30-50	30-50
Lutut	1.fleksi	120-130	120-130	120-130	120-130	120-130	120-13
	2.ekstensi	120-130	120-130	120-130	120-130	120-130	120-13
	3. hipereskstensi	120-130	120-130	120-130	120-130	120-130	120-13
Mata Kaki	1.dorsifleksi	20-30	20-30	20-30	20-30	20-30	20-30
Kanan	2.plantarfleksi	45-50	45-50	45-50	45-50	45-50	45-50
Kaki Kanan	1.inversi	10	10	10	10	10	10
	2.eversi	10	10	10	10	10	10
Jari Kaki Kanan	1.fleksi	30-60	30-60	30-60	30-60	30-60	30-60
	2.ekstensi	30-60	30-60	30-60	30-60	30-60	30-60
	3.abduksi	15	15	15	15	15	15

Berdasarkan dari tabel 3 diatas dapat dilihat subjek II terdapat hambatan pada subjek II dalam melakukan penerapan Range Of Motion (ROM) subjek tidak mampu melakukan pada bagian kepala dan leher pada gerakan hiperextensi 3 derajat dari 5 dan pada pinggul bagian fleksi 50 derajat dari 90-120

derajat, bagian extensi 40 derajat dari 90-120 derajat dan hiperextensi 30 derajat dari 30-50 derajat dalam gerakan penerapan Range Of Motion (ROM) yang menjadi hambatan pada saat melakukan gerakan tersebut.

Tabel 4
Hasil Evaluasi Peningkatan Kekuatan Otot Pada Subjek II Setelah Dilakukan Latihan Range Of Motion (ROM)

No.	Hai	Kekuatan Otot	Sebelum ROM	Sesudah ROM
1. Pertama	Extremitas Atas: Dextra Sinistra	3333 3333	2222 1111	2222 1111
2. Kedua	Extremitas Atas: Dextra Sinistra	3333 3333	2222 1111	2222 1111
3. Ketiga	Extremitas Atas: Dextra Sinistra	3333 3333	4444 1111	4444 1111
4. Keempat	Extremitas Atas: Dextra Sinistra	4444 4444	4444 1111	4444 1111
5. Kelima	Extremitas Atas: Dextra Sinistra	4444 4444	5555 1111	5555 1111
6. Keenam	Extremitas Atas: Dextra Sinistra	5555 5555	5555 1111	5555 1111

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian tentang penerapan ROM dapat meningkatkan kekuatan otot pada kedua subjek fraktur dan

memudahkan subjek dalam melakukan aktivitas dengan adanya perubahan sehingga memperoleh hasil bahwa kekuatan otot pada kedua subjek meningkat sesudah dilakukan latihan ROM.

Menurut (Arif,2015) Latihan rentang gerak sendi adalah latihan yang diberikan untuk mempertahankan dan meningkatkan fungsi sendi yang berkurang karena berbagai macam proses penyakit, kecelakaan, atau tidak digunakan untuk aktivitas lainnya.

Pada subjek I tingkat kekuatan otot meningkat setelah dilakukan penerapan ROM pada subjek dimulai dari hari pertama dengan kekuatan otot bagian extremitas atas dextra dan sinistra 3, kemudian bagian bawah dextra 3 dan bagian bawah sinistra 1, disebabakan belum mendapatkan latihan Range Of Motion (ROM), kemudian setelah dilakukan penerapan Range Of Motion (ROM) pada hari ketiga mulai ada perubahan dengan nilai kekuatan otot pada bagian extremitas atas dextra dan sinistra 4, bagian extremitas bawah dextra 4, dan bagian bawah extremitas sinistra 1 dikarenakan subjek mengalami fraktur femur dengan terpasang gips serta nyeri sedang (skala 5) pada bagian kaki kiri yang mengalami fraktur..

Penerapan latihan ROM dapat meningkatkan kekuatan otot serta mencegah terjadinya kekakuan sendi otot bagi subjek. Penerapan latihan ROM ini dilakukan sesuai standar operasional prosedur yang dilampirkan, hal ini juga sangat berguna bagi

subjek dalam meningkatkan kekuatan otot serta yang paling utama dalam proses penyembuhan fraktur yang di alami oleh subjek.

Pada subjek II didapatkan hasil bahwa peningkatan kekuatan otot meningkat setelah dilakukan latihan ROM pada subjek juga dimulai dari hari pertama kekuatan otot subjek I dari hari pertama dengan kekuatan otot bagian extremitas atas dextra dan sinistra 3, kemudian bagian bawah dextra 3 dan bagian bawah sinistra 1, disebabakan belum mendapatkan latihan Range Of Motion (ROM), kemudian setelah dilakukan penerapan Range Of Motion (ROM) pada hari ketiga mulai ada perubahan dengan nilai kekuatan otot pada bagian extremitas atas dextra dan sinistra 4, bagian extremitas bawah dextra 4, dan bagian bawah extremitas sinistra 1 dikarenakan subjek mengalami fraktur femur .

Hal ini terjadi karena subjek juga sering melakukan latihan ROM setelah dibantu oleh peneliti dan subjek mampu mengikuti dan menggerakan semua gerakan yang diajarkan oleh peneliti . Oleh sebab itu subjek juga mampu melakukan latihan tersebut tanpa bantuan peneliti setelah hari-hari selanjutnya rawatan. Penerapan latihan ROM dapat meningkatkan kekuatan otot serta mencegah terjadinya kekakuan sendi otot bagi subjek. Penerapan latihan ROM ini dilakukan sesuai standar operasional prosedur yang dilampirkan, hal ini juga sangat berguna bagi

subjek dalam meningkatkan kekuatan otot serta yang paling utama dalam proses penyembuhan fraktur.

Berdasarkan hasil penelitian pada kedua subjek didapatkan hasil terjadi peningkatan kekuatan otot setelah penerapan ROM dimana pada subjek I kekuatan otot bagian extremitas atas dextra dan sinistra 3, kemudian bagian bawah dextra 3 dan bagian bawah sinistra 1, sedangkan setelah enam hari dilakukan latihan ROM kekuatan otot extremitas atas dengan hasil pada bagian extremitas atas dextra dan sinistra 5, bagian extremitas bawah dextra 5, dan bagian bawah extremitas sinistra 1. Pada subjek II dengan hasil kekuatan otot bagian extremitas atas dextra dan sinistra 3, kemudian bagian bawah dextra 3 dan bagian bawah sinistra 1, setelah enam hari dilakukan latihan ROM kekuatan otot extremitas atas dengan hasil pada bagian extremitas atas dextra dan sinistra 5, bagian extremitas bawah dextra 5, dan bagian bawah extremitas sinistra 1 dikarenakan kedua subjek mengalami fraktur femur dengan terpasang gips pada bagian kaki kiri yang mengalami fraktur.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Nanda (2017) didapatkan hasil “Pengaruh Range Of Motion Terhadap Kekuatan Otot Pada Lansia Badrest Di PSTW Budhi Mulia 3 Jakarta Selatan”, dengan hasil yang didapatkan dari hari pertama sebelum tindakan ROM, kekuatan otot bagian extremitas atas dextra dan sinistra 3,

kemudian bagian bawah dextra dan sinistra 3, sedangkan setelah enam hari dilakukan latihan ROM kekuatan otot extremitas atas dextra dan sinistra menjadi 4, dan bagian extremitas bawah dextra dan sinistra 4.

Hal ini juga berkaitan dengan Range of motion (ROM) adalah latihan yang dilakukan untuk mempertahankan atau memperbaiki tingkat kesempurnaan kemampuan menggerakan persendian secara normal dan lengkap untuk meningkatkan massa otot dan tonus otot. Sehingga untuk peningkatan kekuatan otot penerapan Range of motion (ROM) sangat baik di terapkan untuk meningkatkan kekuatan otot pada subjek.

KESIMPULAN

Berdasarkan paparan fokus studi dan pembahasan tentang peningkatan kekuatan otot pada subjek post op fraktur setelah dilakukan penerapan Range Of Motion (ROM) disimpulkan bahwa terjadi peningkatan kekuatan otot pada subjek I dari hari pertama dengan kekuatan otot bagian extremitas atas dextra dan sinistra 3, kemudian bagian bawah dextra 3 dan bagian bawah sinistra 1, kemudian setelah dilakukan penerapan Range Of Motion (ROM) kekuatan otot pada bagian extremitas atas dextra dan sinistra 5, bagian extremitas bawah dextra 5, dan bagian bawah extremitas sinistra 1.

Begini juga dengan subjek II kekuatan otot subjek II dari hari pertama sebelum tindakan ROM kekuatan otot bagian

extremitas atas dextra dan sinistra 3, kemudian bagian bawah dextra 3 dan bagian bawah sinistra 1, setelah dilakukan penerapan Range Of Motion (ROM) dengan nilai kekuatan otot pada bagian extremitas atas dextra dan sinistra 5, bagian extremitas bawah dextra 5, dan bagian bawah extremitas sinistra 1 dikarenakan kedua subjek mengalami fraktur femur dengan terpasang gips.

SARAN

Berdasarkan analisa dan kesimpulan penelitian, maka sub bab ini peneliti akan menyampaikan beberapa saran diantaranya:

1. Masyarakat

Diharapkan masyarakat mampu memahami apa itu fraktur dan cara penanganan agar tidak terjadinya keuan sendi otot pada bagian fraktur serta dengan melakukan penerapan latihan Range Of Motion (ROM)

2.Bagi Pengembangan dan Ilmu Teknologi Keperawatan

Menambah keluasan ilmu dan teknologi terapan dalam penanganan peningkatan kekuatan otot pada pasien dengan fraktur dengan penerapan latihan Range Of Motion (ROM) .

3. Penulis

Penulis dapat meningkatkan pengkajian dari penerapan latihan Range Of Motion (ROM) baik melalui pendekatan asuhan keperawatan yang sesuai dalam mendapatkan data khususnya pada masalah keperawatan dengan fraktur.

4. Institusi Akper Kesdam IM Banda Aceh

Diharapkan kepada pihak pendidikan agar dapat memberikan pendidikan yang lebih meningkat, dan pengalaman yang banyak khususnya dalam ilmu keperawatan medikal bedah bagi mahasiswa dalam melakukan asuhan

keperawatan pada pasien fraktur sehingga dapat menciptakan dan menjadi perawat yang handal, profesional dan mandiri baik bagi lingkungan rumah sakit dan lingkungan masyarakat.

KEPUSTAKAAN

Ananda, (2017) Skripsi pengaruh range of motion (ROM) terhadap kekuatan otot pada lansia bedrest di PSTW Budhi Mulia 3 Maraguna Jakarta Selatan.

Jitowiyono, S dan Kristiyanasari W. (2012), Asuhan keperawatan post operasi, edisi 2. Muha Medika. Yogyakarta

Kemenkes RI. (2011). Pedoman interpretasi data klinik. Lukman dan Ningsih,2009. "Pengaruh latihan range of motion (ROM) aktif terhadap kekuatan otot pada pasien post operasi Fraktur Humerus". Jurnal GASTER Vol.10 No.2 Agustus 2013.

Lukman dan Ningsih, (2009). "Pengaruh latihan range of motion (ROM) aktif terhadap kekuatan otot pada pasien post operasi Fraktur Humerus."Jurnal GASTER Vol.10 .2 Agustus 2013.

Nursalam. (2011), Konsep dan penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan, edisi 2.Salemba Medika.Jakarta

Setiana, I A, (2016). Asuhan keperawatan keluarga dengan masalah TBC pada keluarga Tn.S di desa Sworot RT 01/RW 03 Kecamatan Kalibago Kebupaten Bayumas. (Online)(file:///E:/bahan20proposal/INDRA20AMARUDIN20SETIANA20 COVER.pdf,diakses,30 September 2018)

Utama SU, Magetsari R, Pribadi V. (2008). Estimasi prevelensi kecelakaan lalu lintas dengan metode capture-recapture. Yogyakarta : Jurnal Berita Kedokteran Masyarakat, Vol.24, No.1.