

PENGARUH LATIHAN ROM AKTIF PADA PERGERAKAN SENDI TERHADAP HAMBATAN MOBILITAS FISIK PADA ARTHRITIS REUMATOID

Oleh

Marcella veronica¹, Desy anggraini²

¹Mahasiswa DIII Keperawatan Akper Kesdam II/Sriwijaya

Email : Marcellaveronica2000@gmail.com

²Dosen DIII Keperawatan Akper Kesdam II/Sriwijaya

Email : desyanggraini091289@gamil.com

ABSTRAK

Artritis rheumatoid menjadi masalah yang sering terjadi pada lansia yang ditandai adanya nyeri pada persendian. Hal tersebut menyebabkan penderita artritis reumatoid mengalami hambatan dalam melaksanakan mobilisasi yang dapat memberikan dampak secara psikologis maupun fisiologis penderita. Tujuan penelitian ini untuk Memperoleh gambaran pemberian latihan ROM pada pergerakan sendi terhadap Hambatan Mobilitas Fisik pada pasien Arthritis Reumatoid. Desain Penelitian ini adalah penelitian naratif studi literatur yang latihan ROM pada pergerakan sendi terhadap Mobilitas fisik pada pasien Arthritis Reumatoid. Penelitian ini akan mengeksplorasi variabel latihan ROM dalam meningkatkan kekuatan otot pada pasien artritis reumatoid, serta hubungan atau pengaruh kedua variabel melalui eksplorasi penelitian / buku / artikel penelitian sebelumnya. Analisis data penelitian ini dilakukan peneliti dengan menyajikan 5 artikel penelitian yang memiliki relevansi dengan topik atau masalah penelitian. Selanjutnya peneliti menuangkan rangkuman hasil penelitian dari 5 artikel dalam table review. Kesimpulan Hasil penelitian studi literatur ini disajikan secara naratif untuk menggambarkan hasil penelitian dari 5 artikel / hasil penelitian yang relevan dengan topik / masalah latihan ROM pada pergerakan sendi terhadap hambatan mobilitas fisik pada pasien artritis reumatoid.

Kata Kunci : *Range of motion, Artritis Rheumatoid, Lansia, Hambatan mobilitas Fisk*

ABSTRACT

Rheumatoid arthritis is a problem that often occurs in the elderly marked by pain in the joints. This causes rheumatoid arthritis sufferers to experience obstacles in carrying out mobilization that can have psychological and physiological impacts on the patient. The purpose of this study was to obtain an overview of the provision of ROM exercises on joint movement against Physical Mobility Obstacles in Rheumatoid Arthritis patients. The design of this study is a narrative study of literature study that exercises ROM on joint movement towards physical mobility in patients with rheumatoid arthritis. This research will explore ROM exercise variables in increasing muscle strength in rheumatoid arthritis patients, as well as the relationship or influence of both variables through the exploration of research / books / previous research articles. Research data analysis was conducted by researchers by presenting 5 research articles that have relevance to the research topic or problem. Furthermore, researchers poured a summary of the results of the study of 5 articles in the review table. Conclusion The results of the study of this literature study are presented narratively to illustrate the results of the study of 5 articles / research findings that are relevant to the topic / problem of ROM exercises on joint movement against physical mobility barriers in rheumatoid arthritis patients.

Key words : *Range of motion, Rheumatoid Arthritis, Elderly, physical mobility barriers*

1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Usia lanjut adalah suatu kejadian yang pasti akan dialami oleh semua orang, terjadinya tidak bisa dihindari oleh siapapun dan dapat terjadi berbagai kemunduran pada organ tubuh. Pada periode ini kemampuan jaringan untuk memperbaiki diri ataupun mengganti dan mempertahankan fungsi normalnya akan perlahan-lahan menurun. (Admin, 2010).

Arthritis rheumatoid menjadi masalah yang sering terjadi pada lansia yang ditandai adanya nyeri pada persendian. Hal tersebut menyebabkan penderita arthritis reumatoid mengalami hambatan dalam melaksanakan mobilisasi yang dapat memberikan dampak secara psikologis maupun fisiologis penderita. Dampak fisiologis penderita mengalami penurunan kekuatan dan ketangkasan otot. Pembatasan pergerakan sendi, kekakuan, dan nyeri pada persendian, sehingga diperlukan terapi untuk meningkatkan kekuatan lansia untuk mengurangi hambatan dalam melaksanakan mobilisasi atau pergerakan mereka. (Uda, 2016).

Arthritis Reumatoid (RA) adalah peradangan kronis pada sendi yang menyebabkan rasa sakit, bengkak dan kaku pada persendian contohnya di kaki dan tangan. Arthritis berarti radang sendi dan bisa berdampak pada jaringan di sekitar persendian, seperti pada otot, ligamen, dan tendon. Seiring waktu, peradangan ini bisa menghancurkan jaringan persendian. Efek dari kondisi ini akan membatasi aktivitas keseharian, seperti sulit untuk berjalan dan menggunakan tangan. (Verar, 2013).

Pada lansia perubahan normal akibat penuaan ini paling jelas terlihat pada sistem muskuloskeletal berupa

penurunan otot secara keseluruhan pada usia 80 tahun mencapai 30% sampai 50%. Perubahan patologis pada sistem muskuloskeletal seperti reumatoid arthritis, osteoarthritis, dan osteoporosis yang sering terjadi pada lansia menyebabkan hambatan mobilitas fisik. Kejadian Arthritis Reumatoid 20-300/100.000 orang per tahun. Usia 70 tahun sebesar 40% menderita osteoarthritis dan 80% dari pasien dengan osteoarthritis memiliki beberapa tingkat keterbatasan gerakan, serta 25% tidak dapat melakukan kegiatan sehari-hari mereka. (Hermina, 2016)

Menurut World Health Organization (WHO), 2017 melaporkan bahwa 20% penduduk dunia terserang penyakit arthritis rheumatoid, dimana 5-10% adalah mereka yang berusia 5-20 tahun dan 20% mereka yang berusia 55 tahun. Di Indonesia jumlah penderita Rematik pada tahun 2015 prevalensinya mencapai 29,35% pada tahun 2016 prevalensinya sebanyak 39,47% dan tahun 2017 prevalensinya sebanyak 45,59%.

Perawatan Arthritis Reumatoid yang dapat dilakukan adalah satu diantaranya latihan range of motion (ROM) adalah latihan yang dilakukan untuk mempertahankan atau memperbaiki tingkat kesempurnaan kemampuan menggerakkan persendian secara normal dan lengkap untuk meningkatkan massa otot. Aktivitas adalah suatu energy atau keadaan bergerak dimana manusia memerlukan untuk dapat memenuhi kebutuhan hidup. (Verar, 2013).

Range of motion (ROM) yaitu kemampuan klien untuk menggerakkan sendi agar tidak terjadi, kekakuan, pembengkakan, nyeri, keterbatasan sendi dan gerakan yang tidak seimbang. ROM dibagi menjadi 2, yaitu

ROM aktif dan ROM pasif. Tujuan dari latihan ROM ini adalah mempertahankan atau memelihara fleksibilitas dan kekuatan otot, memelihara mobilitas persendian, merangsang sirkulasi darah, dll. Sedangkan manfaatnya adalah memperbaiki tonus otot, meningkatkan mobilisasi sendi, memperbaiki toleransi otot untuk latihan, dan meningkatkan massa otot. (Fitriyani, 2013).

Dalam memberikan asuhan keperawatan gerontik ada beberapa peranan yang dapat dilakukan oleh perawat antara lain: Sebagai Care Provide, advocat, educator, counselor, motivator, case manager, consultant, researcher, collaborator. (Sunaryo, 2016).

Berdasarkan tingginya angka kejadian arthritis rheumatoid yang terjadi serta peran perawat dalam gangguan sistem musculoskeletal tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian studi kasus pengengaruh Latihan ROM pada pergerakan sendi terhadap mobilitas fisik pada pasien arthritis rheumatoid.

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Memperoleh gambaran pemberian latihan ROM pada pergerakan sendi terhadap Hambatan Mobilitas Fisik pada pasien Arthritis Reumatoid

1.2.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi penelitian/artikel pemberian latihan ROM pada pergerakan sendi terhadap Mobilitas fisik pada pasien Arthritis Reumatoid
2. Menganalisis hasil penelitian latihan ROM pada pergerakan sendi terhadap Mobilitas fisik pada pasien Arthritis Reumatoid
3. Merumuskannya rekomendasi hasil penelitian pemberian latihan ROM pada pergerakan sendi terhadap Mobilitas fisik pada pasien Arthritis Reumatoid

1.3 . Manfaat Penelitian

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

1. Bagi rumah sakit, hasil penelitian ini sebagai Dasar pengembangan standar/pedoman pengembangan kemampuan mobilisasi pasien arthritis reumatoid melalui aktivitas ROM
2. Pedoman kerja bagi perawat dalam melaksanakan implementasi ROM aktif pasif

Secara keilmuan hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat :

1. Evidence Base Nursing Practice implementasi ROM aktif pasif dalam peningkatan kemampuan mobilisasi pasien arthritis reumatoid
2. Data dasar bagi pengembangan studi atau penelitian yang mengembangkan metode ROM atau implementasi keperawatan lainnya dalam peningkatan kemampuan mobilisasi

II. METODE PENELITIAN

Table 2.1 Analisa data dan Penyajian Hasil Penelitian

Sumber artikel	Peneliti dan judul penelitian	Tujuan penelitian	Design	Sampling	Hasil penelitian
Google scholar	Sunarti dan Ratna Dewi Silalahi (2018) dengan judul “pengaruh rom aktif terhadap kemampuan mobilisasi pada lansia arthritis reumatoid”	untuk mengetahui pengaruh rom aktif pada kemampuan mobilisasi pada arthritis reumatoid	penelitian ialah Quasy eksperimen dengan metode one group pretest pottest design. Hasil penelitian ini terdapat perbedaan kemampuan mobilisasi sebelum rom aktif dan sesudah rom aktif 0,716 dan nilai probabilitas t sig diperoleh adalah 0,000<0,05 sehingga HO.	32 orang lansia yang mengalami arthritis reumatoid	Hasil penelitian ini terdapat perbedaan kemampuan mobilisasi sebelum rom aktif dan sesudah rom aktif 0,716 dan nilai probabilitas t sig diperoleh adalah 0,000<0,05 sehingga HO
Google scholar	Samudro Ismanto, Ana Zakiyah, M, kep, Eka Nur So'emah, S.Kep. Ns., M.Kes (2019) dengan judul	untuk membuktikan pengaruh latihan range of motion (ROM) pada lansia	Metode penelitian ini yaitu pra eksperimen dengan type one group pre	sebanyak 39 responden	menunjukkan nilai p-value = 0,000, a = 0,05 sehingga p-value < a maka H0 ditolak

	“pengaruh latihan range of motion (rom) pada lansia dengan masalah hambatan mobilitas fisik “	dengan masalah hambatan mobilitas fisik di puskesmas Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.	post test design dengan jumlah sampel diambil dengan teknik purposive sampling sebanyak 39 responden. Data dikumpulkan dengan lembar observasi dan dianalisa dengan uji Wilocson		sehingga terdapat pengaruh latihan range of motion (ROM) pada lansia dengan masalah hambatan mobilitas fisik
Google scholar	Andri Setyorini dan Niken Setyaningrum (2018) dengan judul “pengaruh latihan range of motion (ROM) aktif assitif terhadap rentang gerak sendi pada lansia yang mengalami immobilisasi fisik”	untuk mengetahui pengaruh latihan ROM terhadap mobilitas fisik pada lansia	Metode penelitian ini termasuk dalam jenis pra-eksperimen, dengan menggunakan rancangan one group pretest posttest without control.	dengan jumlah populasi 14 orang lansia	berdasarkan hasil uji statistik diatas dapat diketahui bahwa nilai rentang gerak sendi pre test dan post test pada lansia menunjukkan nilai signifikansi dengan p-value sebesar 0,000 sehingga lebih kecil dari 0,05, maka h0 ditolak

Google scholar	Hermi Desiane, Hestini Uda, Muflih, Thomas Aquino, Erjinyuare Amigo (2016) dengan judul “Latihan Range Of Motion Berpengaruh terhadap Mobilitas Fisik pada Lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta”	untuk mengetahui pengaruh latihan ROM terhadap mobilitas fisik pada lansia	Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan action research	populasi dalam penelitian yaitu 126 orang.	setelah latihan ROM 6 kali untuk partisipan 1,2 dan 4 kali untuk partisipan 3, 4, 5 menunjukkan bahwa ada pengaruh sebagian dari latihan ROM terhadap mobilitas fisik lansia
Google scholar	Mudrikah, Agus Sudaryanto, S.kep., Ns., M.Kes, Kartinah, A.Kep., S.kep (2019) dengan judul “pengaruh latihan range og motion aktif terhadap peningkatan rentang gerak sendi dan kekuatan otot kaki pada lansia”	untuk mengetahui pengaruh latihan Range Of Motion (ROM) aktif terhadap peningkatan rentang gerak sendi dan kekuatan otot kaki pada lansia	Quasy experimental dengan menggunakan rancangan penelitian non equivalent control group design	sampel dalam penelitian sebanyak 24 orang dibagi dalam 2 kelompok yaitu 12 orang sebagai kelompok perlakuan dan 12 orang sebagai kelompok kontrol	Hasil penelitian menunjukkan kondisi awal rentang gerak lansia pada kedua kelompok rata-rata memiliki keterbatasan rentang gerak. Rentang gerak fleksi lutut pada kedua kelompok masih dibawah 120o, dorsal

					pada kedua kelompok rata-rata kurang dari 200, dan plantar fleksi pada kedua kelompok masih dibawah 450. sedangkan ekstensi dalam batas normal yaitu antara 00-100
--	--	--	--	--	--

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil Penelitian

Hasil penelitian studi literatur ini disajikan secara naratif untuk menggambarkan hasil penelitian dari 5 artikel / hasil penelitian yang relevan dengan topik / masalah latihan ROM pada pergerakan sendi terhadap hambatan mobilitas fisik pada pasien arthritis reumatoid.

Artikel 1 penelitian yang dilakukan oleh Sunarti dan Ratna Dewi Silalahi (2018) dengan judul “pengaruh rom aktif terhadap kemampuan mobilisasi pada lansia arthritis reumatoid” Faculty of medicines Universitas Batam, dimana penelitian ini dilakukan sejak juni 2015 di rumah Bahagia Kawal kecamatan Gunung Kijang Kabupaten Bintan Kepri. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh rom aktif pada kemampuan mobilisasi pada arthritis reumatoid, dengan jumlah sampel sebanyak 64 orang, dengan metode penelitian ialah Quasi eksperimen dengan metode one group pretest pottest design. Hasil penelitian ini terdapat perbedaan kemampuan mobilisasi sebelum rom aktif dan sesudah rom aktif 0,716 dan nilai probabilitas t sig diperoleh adalah $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 . Disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pemberian rom aktif terhadap kemampuan mobilisasi pada arthritis reumatoid lansia dirumah Bahagia kawal kecamatan Gunung Kijang Kabupaten Bintan Kepri.

Artikel 2 penelitian yang dilakukan oleh Samudro Ismanto, Ana Zakiyah, M, kep, Eka Nur So'emah, S.Kep. Ns., M.Kes (2019) dengan judul “pengaruh latihan range of motion (rom) pada lansia dengan masalah hambatan mobilitas fisik “ program studi S1 Ilmu keperawatan STIKes Bina sehat ppni Mojokerto,

dimana penelitian ini dilakukan pada tahun 2017- November 2018 di Puskesmas Dawarblandong Kabupaten Mojokerto. Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan pengaruh latihan range of motion (ROM) pada lansia dengan masalah hambatan mobilitas fisik di puskesmas Dawarblandong Kabupaten Mojokerto. Metode penelitian ini yaitu pra eksperimen dengan type one group pre post test design dengan jumlah sampel diambil dengan teknik purposive sampling sebanyak 39 responden. Data dikumpulkan dengan lembar observasi dan dianalisa dengan uji Wilocason. Hasil penelitian menunjukkan nilai p-value = 0,000, $\alpha = 0,05$ sehingga p-value < α maka H_0 ditolak sehingga terdapat pengaruh latihan range of motion (ROM) pada lansia dengan masalah hambatan mobilitas fisik di puskesmas Dawarblandong Kabupaten Mojokerto. Disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan range of motion (ROM) pada lansia dengan masalah hambatan mobilitas fisik di puskesmas Dawarblandong Kabupaten Mojokerto. Latihan ROM dapat membantu responden untuk menggerakkan persendian dan mengurangi kekakuan serta nyeri yang dialami sehingga responden dapat melakukan mobilisasi dengan baik.

Artikel 3 penelitian yang dilakukan oleh Andri Setyorini dan Niken Setyaningrum (2018) dengan judul “pengaruh latihan range of motion (ROM) aktif assitif terhadap rentang gerak sendi pada lansia yang mengalami immobilisasi fisik” program studi ilmu keperawatan STIKes surya Global Yogyakarta, dimana penelitian ini dilakukan pada bulan 28 september – 5 oktber 2016 di Balai pelayanan Sosial Tresna Werdha Yogyakarta Unit Budhi Luhur, Metode penelitian ini termasuk dalam jenis pra-eksperimen, dengan

menggunakan rancangan one group pretest posttest without control. Populasi dalam penelitian ini adalah semua lansia dengan gangguan mobilitas fisik di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wreda Yogyakarta Unit Budhi Luhur dengan jumlah populasi 14 orang lansia dan dalam penelitian seluruh populasi digunakan sebagai subyek penelitian. Hasil penelitian berdasarkan hasil uji statistik diatas dapat diketahui bahwa nilai rentang gerak sendi pre test dan post test pada lansia menunjukkan nilai signifikansi dengan p-value sebesar 0,000 sehingga lebih kecil dari 0,05, maka H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata nilai rentang gerak sendi pada lansia sebelum dan setelah dilakukan latihan ROM aktif assitif. Disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan ROM (Range Of Motion) aktif assitif terhadap peningkatan rentang gerak sendi pada lansia yang mengalami immobilitas fisik di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wredha Yogyakarta Unit Budhi Luhur.

Artikel 4 penelitian yang dilakukan oleh Hermina Desiane Hestini Uda, Muflih, Thomas Aquino Erjinyuare Amigo (2016) dengan judul “Latihan Range Of Motion Berpengaruh terhadap Mobilitas Fisik pada Lansia”. Program studi Universitas Respati Yogyakarta. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 14 desember 2015 di Balai Pelayanan Sosial Tresna Wredha (BPSTW) Unit Abiyoso Yogyakarta. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh latihan ROM terhadap mobilitas fisik pada lansia di Balai Pelayanan Sosial Tresna Werdha Unit Abiyoso Yogyakarta. Metode penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan action research yang bertujuan untuk melakukan perubahan pada suatu masalah, populasi dalam penelitian yaitu 126 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian adalah

purposive sampling. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan setelah latihan ROM 6 kali untuk partisipan 1,2 dan 4 kali untuk partisipan 3, 4, 5 menunjukkan bahwa ada pengaruh sebagian dari latihan ROM terhadap mobilitas fisik lansia di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta.

Artikel 5 penelitian yang dilakukan oleh Mudrikhah, Agus Sudaryanto, S.kep., Ns., M.Kes, Kartinah, A.Kep., S.kep (2019) dengan judul “pengaruh latihan range og motion aktif terhadap peningkatan rentang gerak sendi dan kekuatan otot kaki pada lansia” Program Studi Fakultas Ilmu Kesehatan. Penelitian ini dilakukan di panti Wreda Dharma Bakti Surakarta dan panti Lansia Aisyiyah Banjarsari Surakarta pada tanggal 02 April 2012 sampai dengan 12 Mei 2012. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan Range Of Motion (ROM) aktif terhadap peningkatan rentang gerak sendi dan kekuatan otot kaki pada lansia di panti wreda Dharma Bakti Surakarta. Metode penelitian ini Quasy experimental dengan menggunakan rancangan penelitian non equivalent control group design, sampel dalam penelitian sebanyak 24 orang dibagi dalam 2 kelpmpok yaitu 12 orang sebagai kelompok perlakuan dan 12 orang sebagai kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan kondisi awal rentang gerak lansia pada kedua kelompok rata-rata memiliki keterbatasan rentang gerak. Rentang gerak fleksi lutut pada kedua kelompok masih dibawah 120° , dorsal pada kedua kelompok rata-rata kurang dari 20° , dan plantar fleksi pada kedua kelompok masih dibawah 45° . sedangkan ekstensi dalam batas normal yaitu antara 0° - 10° . Berdasar kan hasil penelitian disimpulkan bahwa terdapat pengaruh latihan Range Of Motion (ROM) aktif terhadap peningkatan rentang gerak sendi dan kekuatan otot kaki pada lansia di panti Wreda Dharma Bakti Surakarta.

Hasil penelitian / artikel diatas menemukan bahwa latihan rom pada pergerakan sendi terhadap hambatan mobilitas fisik pada pasien arthritis rheumatoid dapat meningkatkan kemampuan mobilisasi.

3.2 Pembahasan

Pembahasan penelitian ini difokuskan pada hasil penelitian dari lima (5) artikel yang didapatkan bahwa intervensi yang diberikan terhadap pergerakan sendi pada hambatan mobilitas fisik arthritis rheumatoid yaitu melakukan latihan ROM ini dapat mengurangi hambatan mobilitas fisik atau kekakuan pada sendi.

Hasil penelitian pembahasan menurut penelitian Sunarti dan Ratna Dewi Silalahi (2018) bahwa Hasil penelitian ini terdapat perbedaan kemampuan mobilisasi sebelum rom aktif dan sesudah rom aktif 0,716 dan nilai probabilitas t sig diperoleh adalah $0,000 < 0,05$ sehingga H_0 .

Hasil penelitian pembahasan menurut penelitian Samudro Ismanto, Ana Zakiyah, M, kep, Eka Nur So'emah, S.Kep. Ns., M.Kes (2019) bahwa Hasil penelitian menunjukkan nilai p-value = 0,000, $\alpha = 0,05$ sehingga p-value < α maka H_0 ditolak sehingga terdapat pengaruh latihan range of motion (ROM) pada lansia dengan masalah hambatan mobilitas fisik di puskesmas Dawarblandong Kabupaten Mojokerto.

Hasil penelitian pembahasan menurut penelitian Andri Setyorini dan Niken Setyaningrum (2018) bahwa Hasil penelitian berdasarkan hasil uji statistik diatas dapat diketahui bahwa nilai rentang gerak sendi pre test dan post test pada lansia menunjukkan nilai signifikansi

dengan p-value sebesar 0,000 sehingga lebih kecil dari 0,05, maka H_0 ditolak

Hasil penelitian pembahasan menurut penelitian Hermina Desiane Hestini Uda, Muflih, Thomas Aquino Erjinyuare Amigo (2016) bahwa hasil penelitian dapat disimpulkan setelah latihan ROM 6 kali untuk partisipan 1,2 dan 4 kali untuk partisipan 3, 4, 5 menunjukkan bahwa ada pengaruh sebagian dari latihan ROM terhadap mobilitas fisik lansia di BPSTW Unit Abiyoso Yogyakarta.

Hasil penelitian pembahasan menurut penelitian Mudrikhah, Agus Sudaryanto, S.kep., Ns., M.Kes, Kartinah, A.Kep., S.kep (2019) bahwa Hasil penelitian menunjukkan kondisi awal rentang gerak lansia pada kedua kelompok rata-rata memiliki keterbatasan rentang gerak. Rentang gerak fleksi lutut pada kedua kelompok masih dibawah 120o, dorsal pada kedua kelompok rata-rata kurang dari 200, dan plantar fleksi pada kedua kelompok masih dibawah 450. sedangkan ekstensi dalam batas normal yaitu antara 00- 100.

Oleh karena itu, dari 5 artikel penulis dapat mengambil kesimpulan bahwa ada pengaruh latihan range of motion (ROM) pada pergerakan sendi terhadap hambatan mobilitas pada arthritis rheumatoid yang dibuktikan pada penelitian, Sunarti dan Ratna Dewi Silalahi (2018), Samudro Ismanto, Ana Zakiyah, M, kep, Eka Nur So'emah, S.Kep. Ns., M.Kes (2019), Andri Setyorini dan Niken Setyaningrum (2018), Hermina Desiane Hestini Uda, Muflih, Thomas Aquino Erjinyuare Amigo (2016), Mudrikhah, Agus Sudaryanto, S.kep., Ns., M.Kes, Kartinah, A.Kep., S.kep (2019).

IV. SIMPULAN DAN SARAN

4.1. Simpulan

- 4.1.1. terdapat 5 (lima) artikel yang memiliki relevansi dengan terapi pengaruh latihan rom pada pergerakan sendi terhadap hambatan mobilitas fisik pada pasien arthritis reumatoid.
- 4.1.2. Pengaruh Latihan rom pada pergerakan sendi terhadap hambatan mobilitas fisik pada pasien arthritis reumatoid mampu meningkatkan kemampuan pergerakan sendi, kemandirian dalam mobilisasi dan kemampuan beraktivitas.
- 4.1.3. Pengaruh latihan rom pada pergerakan sendi terhadap hambatan mobilitas fisik pada pasien arthritis reumatoid di implementasikan artikel ini memiliki variasi dalam pelaksanaannya, sehingga dibutuhkan kajian tentang metode terapi pengaruh latihan rom pada pergerakan sendi terhadap hambatan mobilitas fisik pada pasien arthritis reumatoid.

4.2. Saran

Hasil penelitian menyarankan sebagai berikut:

4.2.1. Bagi fasilitas pelayanan kesehatan

Bagi fasilitas kesehatan, Rumah sakit, puskesmas, dsb hendaknya menerapkan terapi pengaruh latihan rom pada pergerakan sendi terhadap hambatan mobilitas fisik pada pasien arthritis reumatoid.

4.2.2. Bagi pengembangan keilmuan

Bagi instansi pendidikan atau komunitas pengembangan keilmuan diharapkan untuk menjadi bahan acuan dan referensi untuk bahan penelitian yang akan dikembangkan nantinya terkait dengan penerapan terapi pengaruh latihan rom pada pergerakan sendi terhadap hambatan mobilitas fisik pada pasien arthritis reumatoid

4.2.3. Bagi penelitian lanjutan

Bagi penelitian selanjutnya hendaknya mengembangkan metode atau terapi pengaruh latihan rom pada pergerakan sendi terhadap hambatan mobilitas fisik pada pasien arthritis reumatoid

DAFTAR PUSTAKA

- Admin.(2010). Hubungan Kondidisi Fisik RTT Lansia Terhadap Kondisi Sosial Lansia di RW 03 RT 05 Kelurahan Tegalsari Kecamatan Candisari.<http://eprints>.
- Asikin & Nasir. (2016). Keperawatan Medikal Bedah: Sistem Muskuloskeletal: Erlangga.
- Fitriyani Dewi. (2013). DEfinisi ROM .<http://www.slideshare.net>.diperoleh pada tanggal 19 Desember 2013.
- Ismianto, Samudro. (2019). Pengaruh Latihan Range Of Motion (ROM) pada lansia dengan masalah hambatan mobilitas fisik di puskesmas dawarblandong kabupaten mojokerto.
- Mudrikah, Dkk. (2019). Pengaruh latihan range of motion aktif terhadap peningkatan rentang gerak sendi dan kekuatan otot kaki pada lansia di panti wreda Dharma Bakti Surakarta
- Muflih, Dkk. (2016). Latihan range of motion berpengaruh terhadap mobilitas fisik pada lansia dibalai pelayanan social tresna werdha unit Abiyoso Yogyakarta.
- Ningsih, Nurna, 2012. Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Muskuloskeletal – Jakarta : Salemba Medika.
- Noor, Zairin (2016). Buku Ajar Gangguan Muskuloskeletal-Jakarta: Salemba Medika.
- Nugroho, Wahjudi (2012). Keperawatan Gerontik & Geriatrik - Ed.3 –Jakarta : EGC, 2008.
- Setyorini, Andri dan Niken Setia Ningrum (2018). Volume 13. NO. 2 Juli 2018. Surya Medika.
- Pengaruh latihan range of motion (ROM) aktif assitif terhadap rentang gerak sendi pada lansia yang mengalami imobilisasi fisik.
- Sunarti dan Ratna Dewi Silalahi. Volume 8 No 3, Juni 2018. Pengaruh rom aktif terhadap kemampuan mobilisasi pada lansia arthritis rheumatoid di rumah bahagia kawal kecamatan gunung kijang kabupaten bintang kepri.
- Uda, Hastiani. 2016. Pengaruh Latihan ROM Terhadap Mobilitas Fisik.
- Verar.(2013). Range Of Motion (ROM).<http://www.slideshare>.