

Asuhan Keperawatan pada Lansia dengan Gangguan Mobilitas Fisik: Latihan ROM dan Genggam Bola Karet di Panti Sasana Tresna Werdha = Nursing Care for the Elderly with Physical Mobility Disorders: ROM Exercise and Grasping Rubber Balls at Sasana Tresna Werdha Nursing Home

Wiwik Antaroza, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920554335&lokasi=lokal>

Abstrak

Lansia mengalami penuaan yang menyebabkan penurunan fungsi sistem tubuh. Fungsi sistem tubuh lansia yang menurun salah satunya adalah sistem muskuloskeletal. Penurunan fungsi sistem muskuloskeletal tersebut menyebabkan lansia rentan mengalami gangguan dalam mobilitas fisik. Gangguan mobilitas fisik yang paling jelas terlihat pada sistem muskuloskeletal salah satunya adalah penurunan kekuatan otot. Selain akibat penurunan sistem fungsi muskuloskeletal, disebabkan juga karena penyakit stroke. Penurunan kekuatan otot terjadi karena kelemahan yang dialami oleh pasien stroke. Masalah mobilitas yang terjadi pada lansia dapat diatasi dengan pemberian intervensi berupa latihan range of motion (ROM) dan genggam bola karet. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh penerapan intervensi latihan ROM dan menggenggam bola karet dalam meningkatkan kekuatan otot pada lansia yang mengalami gangguan mobilitas fisik. Instrumen yang digunakan adalah Manual Muscle Test (MMT) dengan responden berjumlah 3 orang lansia. Hasil dari intervensi yang berlangsung selama 16 kali pada ROM terjadi peningkatan kekuatan otot senilai 1 pada ekstremitas atas dan bawah serta peningkatan kekuatan otot senilai 1 untuk intervensi terapi genggam bola karet pada ekstremitas atas di pergelangan tangan senilai 1 dan pada jari-jari mengalami peningkatan 1 selama 12 kali latihan genggam bola karet. Dapat disimpulkan bahwa pemberian latihan ROM dan menggenggam bola karet khususnya bola karet bergerigi dapat meningkatkan kekuatan otot pada lansia. Latihan ini perlu dilakukan secara rutin untuk mencapai hasil yang diinginkan dalam peningkatan kekuatan motorik.

.....The elderly experience aging which causes a decrease in body system function. One of the declining functions of the elderly body system is the musculoskeletal system. The decline in the function of the musculoskeletal system makes the elderly vulnerable to physical mobility disorders. One of the most obvious physical mobility disorders in the musculoskeletal system is decreased muscle strength. Apart from the decline in the musculoskeletal function system, it is also caused by stroke. Decreased muscle strength occurs due to weakness experienced by stroke patients. Mobility problems that occur in the elderly can be overcome by providing interventions in the form of range of motion (ROM) exercises and rubber ball grips. This study aims to identify the effect of applying ROM exercise interventions and grasping rubber balls in increasing muscle strength in the elderly who experience physical mobility disorders. The instrument used is the Manual Muscle Test (MMT) with 3 elderly respondents. The results of the intervention which lasted for 16 times in ROM there was an increase in muscle strength worth 1 in the upper and lower extremities and an increase in muscle strength worth 1 for the intervention of rubber ball grasping therapy in the upper extremities in the wrist worth 1 and in the fingers increased 1 for 12 times of rubber ball grasping training. This shows that giving ROM exercises and grasping rubber balls, especially serrated rubber balls, can increase muscle strength in the elderly. This exercise needs to be performed regularly to achieve the desired

results in improving motor strength.