

ABSTRAK

Madyan Fikri (2025). *Penerapan Latihan Range Of Motion (ROM) Untuk Meningkatkan Kekuatan Otot Pada Pasien Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Akibat Rheumatoid Arthritis Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Pekanbaru*. Karya Tulis Ilmiah Studi Kasus, Program Studi DIII Keperawatan Riau, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau. Pembimbing (I) Dr. Ns. Dewi Sartika, M. Kep (II) Husnan, S. Kp., MKM

Rheumatoid Arthritis (RA) merupakan penyakit autoimun yang menyerang sendi dan menyebabkan nyeri, kekakuan, serta gangguan mobilitas fisik. Kondisi ini dapat mengakibatkan penurunan kekuatan otot dan kualitas hidup penderita. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif untuk mengatasi gangguan mobilitas adalah latihan *Range of Motion* (ROM), yang bertujuan meningkatkan kekuatan dan fleksibilitas otot serta mencegah komplikasi seperti kekakuan sendi. Tujuan dari Penelitian ini untuk mendeskripsikan penerapan latihan ROM dalam meningkatkan kekuatan otot pada pasien dengan gangguan mobilitas fisik akibat RA di wilayah kerja Puskesmas Simpang Tiga, Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan desain deskriptif. Lokasi penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Simpang Tiga, Pekanbaru pada tanggal 22-26 Mei 2025. Subjek penelitian terdiri dari dua pasien RA yang memenuhi kriteria inklusi. Intervensi berupa latihan ROM dilakukan selama 5 hari berturut-turut, satu kali per hari selama 15–20 menit. Setelah intervensi, hasil kedua subjek menunjukkan peningkatan kekuatan otot yang signifikan, ditunjukkan oleh peningkatan nilai skala kekuatan otot ekstremitas atas dan bawah. Latihan ROM terbukti memberikan dampak positif terhadap kekuatan otot penderita RA. Kesimpulan dari Penerapan latihan ROM secara rutin efektif dalam meningkatkan kekuatan otot pada pasien dengan gangguan mobilitas fisik akibat RA. Intervensi ini dapat dijadikan pilihan terapi nonfarmakologis yang mudah diaplikasikan secara mandiri oleh pasien di rumah.

Kata Kunci: *Range of Motion (ROM), Rheumatoid Arthritis, Kekuatan Otot, Gangguan Mobilitas Fisik*

ABSTRACT

Madyan Fikri (2025). Application of Range Of Motion (ROM) Exercises to Increase Muscle Strength in Patients with Physical Mobility Disorders Due to Rheumatoid Arthritis in the Simpang Tiga Pekanbaru Health Center Work Area. Scientific Paper Case Study, Riau Nursing DIII Study Program, Nursing Department, Riau Ministry of Health Health Polytechnic. Supervisor (I) Dr. Ns. Dewi Sartika, M. Kep (II) Husnan, S. Kp., MKM

Rheumatoid Arthritis (RA) is an autoimmune disease that attacks the joints and causes pain, stiffness, and impaired physical mobility. This condition can result in decreased muscle strength and quality of life of sufferers. One of the effective non-pharmacological interventions to overcome mobility disorders is Range of Motion (ROM) exercises, which aim to increase muscle strength and flexibility and prevent complications such as joint stiffness. The purpose of this study was to describe the application of ROM exercises in increasing muscle strength in patients with impaired physical mobility due to RA in the Simpang Tiga Health Center work area, Pekanbaru. This study used a case study method with a descriptive design. The location of the study was carried out in the Simpang Tiga Health Center work area, Pekanbaru on May 22-26, 2025. The study subjects consisted of two RA patients who met the inclusion criteria. The intervention in the form of ROM exercises was carried out for 5 consecutive days, once a day for 15–20 minutes. After the intervention, the results of both subjects showed a significant increase in muscle strength, indicated by an increase in the scale values of upper and lower extremity muscle strength. ROM exercises have been shown to have a positive impact on muscle strength in RA patients. Conclusion of the implementation of routine ROM exercises is effective in increasing muscle strength in patients with impaired physical mobility due to RA. This intervention can be used as a non-pharmacological therapy option that is easy to apply independently by patients at home.

Keywords: Range of Motion (ROM), Rheumatoid Arthritis, Muscle Strength, Impaired Physical Mobility