

## DAFTAR PUSTAKA

- Auryn, virzara. 2009. *Mengenal dan Memahami Strok*. Jogjakarta : Kata Hati Widyanto dan Triwibowo. 2013. *Trend Disease (trend penyakit saat ini)*. Jakarta:CV. Trans Info Media
- Batticaca, F. B. 2008. *Asuhan Keperawatan Dengan Sistem Persarafan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Depkes. 2015. *Stroke Pembunuh Nomor Satu di Indonesia*. Jakarta: tersedia dalam [www.litbang.depkes.go.id/node/639](http://www.litbang.depkes.go.id/node/639)).
- Doengoes, M.E, Moorhouse, M.F & Geissler, A.C. 2000. *Rencana Asuhan Keperawatan Pedoman Untuk Perencanaan Dan Pendokumentasian Perawatan Pasien*. Jakarta: EGC.
- Muttaqin, Arif. 2010. *Pengkajian Keperawatan Pada Praktik Klinik*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nurarif, A. H., & Kusuma, H. 2012. *Handbook Health Student*. Yogyakarta. Media Action Publishing.
- Nursalam. 2011. *Proses Dan Dokumentasi Keperawatan: Konsep Dan Praktik*. Jakarta: Salemba Medika.
- Price, S. A., dan Wilson, L. M. 2005. *Patofisiologi Konsep Klinis Proses-Proses Penyakit*. Jakarta: EGC
- Widagdo, Wahyu dkk. 2007. *Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Gangguan Sistem Persarafan*. Jakarta: Trans Info Media.
- World Health Organization. 2015. *STEPwise approach to stroke surveillance* <https://macrofag.blogspot.com/2013/03/sap-range-of-motion-rom-latihan-gerak.html>

## LAMPIRAN

### SATUAN ACARA PENYULUHAN

1. Pokok bahasan : Latihan Gerak Aktif-Pasif
2. Subpokok bahasan :
3. Tempat : Rumah Tn. R
4. Waktu : 15 Menit
5. Hari/Tanggal : Rabu, 6 November 2021
6. Sasaran : Tn. R
7. Penyuluh : Atriani Rande
8. Tujuan
  - a. Tujuan Umum

Setelah diberikan penyuluhan selama 1x30 menit, klien dapat mengerti dan memahami serta dapat melakukan latihan gerak aktif-pasif dengan benar.
  - b. Tujuan Khusus

Setelah diberikan penyuluhan selama 1x30 menit klien dapat:

    1. Menyebutkan kembali Pengertian latihan gerak aktif- pasif
    2. Menjelaskan kembali tujuan latihan gerak aktif- pasif
    3. Mendemonstrasikan kembali langkah-langkah latihan gerak aktif pasif
9. Metode : Ceramah, diskusi, demontrasi
10. Media : Lembar balik, leaflet
11. Sumber : Priharjo Robert. 1993. "Perawatan Nyeri". EGC: Jakarta.
12. Materi : Terlampir
13. Kegiatan Penyuluhan

Waktu	Tahap kegiatan	K e g i a t a n	
		Penyuluh	Sasaran
5 menit	Pembukaan	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Membuka acara dengan mengucapkan salam kepada sasaran</li><li>2. Menyampaikan topik</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Menjawab Mendengarkan penyuluh menyam paikan topik dan tujuan.</li></ol>

		dan tujuan penkes kepada sasaran 3. Kontrak waktu untuk kesepakatan pelaksanaan penkes dengan sasaran	3. Menyetujui kesepakatan waktu pelaksanaan penkes
10 menit	Kegiatan inti	1. Mengkaji ulang pengetahuan sasaran tentang materi penyuluhan. 2. Menjelaskan materi penyuluhan kepada sasaran dengan menggunakan lembar balik dan leaflet 3. Mendemonstrasikan langkah-langkah gerak latihan aktif-pasif. 4. Memberikan kesempatan kepada sasaran untuk menanyakan hal-hal yang belum di mengerti dari materi yang dijelaskan penyuluh	1. Menyampaikan pengetahuannya tentang materi penyuluhan 2. Mendengarkan penyuluh menyampaikan materi 3. Mengikuti dan memperhatikan langkah-langkah gerak akti-pasif 4. menanyakan hal-hal yang tidak dimengerti dari materi penyuluhan
5 menit	Evaluasi/ penutup	1. Memberikan pertanyaan kepada sasaran tentang materi yang sudah disampaikan penyuluh 2. Menyimpulkan materi penyuluhan yang telah disampaikan kepada sasaran 3. Menutup acara dan mengucapkan salam serta terima kasih kepada sasaran.	1. Menjawab pertanyaan yang diajukan penyuluh 2. Mendengarkan penyampaian kesimpulan 3. Mendengarkan penyuluh menutup acara dan menjawab salam

#### 14. Evaluasi

- a. Sebutkan pengertian latihan gerak aktif-pasif!
- b. Jelaskan tujuan latihan gerak aktif-pasif!
- c. Demonstrasikan kembali langkah-langkah latihan gerak aktif-pasif

Lampiran

Materi Penyuluhan

## LATIHAN GERAK AKTIF-PASIF

### 1. Pengertian

Latihan gerak aktif-pasif adalah melatih atau menggerakkan anggota gerak tangan dan kaki agar tidak terjadi kekakuan otot.

### 2. Tujuan

Tujuan dari latihan gerak aktif –pasif ini adalah untuk mencegah terjadinya kekakuan pada otot akibat tirah baring yang lama sehingga menimbulkan kerusakan pada kulit.

### 3. Langkah-langkah latihan gerak aktif-pasif

- › Pertama-tama tubuh berbaring nyaman mungkin
- › Sokong dengan bantal pada daerah yang tertekan, misalnya punggung, siku, pergelangan kaki
- › Lakukan gerakan pada anggota gerak atas terlebih dahulu atau tangan dilakukan dengan prinsip dari dalam keluar
- › Lanjutkan dengan anggota gerak bawah atau kaki
- › Setiap gerakan dilakukan 3X.
- › Gerakan-gerakan latihan gerak aktif-pasif sebagai berikut:
  - Abduksi : Gerakan menjauh garis tubuh
  - Aduksi : Gerakan mendekati garis tubuh
  - Fleksi : Membengkokkan sendi sehingga sudut dari sendi tidak ada lagi.
  - Ekstensi : Gerakan kembali dari posisi fleksi
  - Rotasi : Gerakan membalik atau menggerakkan suatu bagian tubuh pada porosnya.
  - Dorsifleksi : gerakan yang memfleksikan/ membengkokkan lengan kearah belakang kearah tubuh/ kaki ke arah tungkai.
  - Fleksi palmar : Gerakan yang memfleksikan/membengkokkan lengan dalam kearah telapak tangan.
  - Fleksi plantar : Gerakan yang memfleksikan/membengkokkan kaki dalam ke arah telapak kaki
  - Pronasi : Rotasi lengan atas sehingga telapak tangan kebawah.

- Supinasi : Rotasi lengan atas sehingga telapak tangan keatas.
- Oposisi : Mempertemukan ujung jari pada lengan yang sama.
- Inversi : Gerakan memutar telapak kaki ke arah dalam
- Eversi : Gerakan memutar telapak kaki ke arah luar.

**LATIHAN GERAK  
( RANGE OF MOTION ) PASIF**



**1. Pengertian**

Range Of Motion/ Latihan gerak adalah sejumlah pergerakan yang dilakukan pada bagian-bagian tubuh untuk menghindari adanya kekakuan sebagai dampak dari perjalanan penyakit.

**2. Tujuan**

- a. Melatih pergerakan agar dapat mempertahankan fungsi otot/sendi.
- b. Melatih pergerakan untuk pemulihan fungsi otot/sendi akibat sakit, cedera, maupun penurunan fungsi

**3. Indikasi**

- a. Pasien mengalami problem gerak:
  - 1) Kelumpuhan/kelemahan separuh tubuh akibat serangan stroke.
  - 2) Kelumpuhan/kelemahan otot-otot wajah, lengan/tangan atau tungkai/kaki.
  - 3) Kekakuan sendi akibat patah tulang, rematik atau kelumpuhan.
- b. Vertigo (sakit kepala berputar-putar).
- c. Nyeri otot, persendian atau tulang, nyeri pinggang, tengkuk, lutut, bahu, dll.
- d. Kelemahan fisik akibat tirah baring yang lama.

**4. Contoh gerakan**

- 1. Gerakan perputaran kepala dan menekuk kepala



- 2. Tekuk dan luruskan bagian siku



- 3. Gerakan bahu



- 4. Putar ke dalam dan luar pada bahu



- 5. Tekuk dan luruskan jari-jari pergelangan tangan



- 6. Tekuk dan luruskan ibu jari



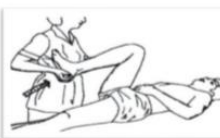
- 7. Putar pergelangan kaki



- 8. Gerakan jari kaki di tekuk dan di tarik ke arah muka (tarikan tumit)



- 9. Pangkal paha dan lutut di tekuk



- 10. Perputaran pangkal paha



- 11. Gerakan pinggul menjauhi tubuh



- 12. Tarikan lutut



**SEMOGA  
BERMANFAAT**

Gambar Leaflet (Priharjo Robert. 1993. "Perawatan Nyeri". EGC:)



Gambar Foto bersama Pasien








gambar foto konsul bersama dosen

**LEMBAR KONSULTASI KARYA TULIS ILMIAH**



Nama Mahasiswa : Atriani Rande  
 NIM : C017182011  
 Pembimbing 1 : Syahrul Said, S. Kep. Ns. M.Kep. Ph.D  
 Pembimbing 2 : Andi Masyita Irwan, S, Kep., Ns.,MN.,Ph.D  
 Judul KTI : ASUHAN KEPERAWATAN



KELUARGA KEPADA ‘‘Tn.R’’ DENGAN MASALAH KESEHATAN STROKE NON HEMORAGIK DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS RAPPOKALLING, KOTA MAKASSAR TAHUN 2021

No	Hari/Tangga I	Masukkan	Nama dan Tanda Tangan Pembimbing
1	Rabu, 06 oktober 2021	1.Masukkan judul KTI 2.Penjelasan penegakan diagnosa	 Syahrul Said, S. Kep. Ns. M.Kep. Ph.D
2	Rabu, 1 Desember 2021	1.Masukkan melakukan penyuluhan kesehatan 2.Masukkan untuk melakukan gerakan ROM	 Andi Masyita Irwan, S, Kep., Ns.,MN.,Ph.D
3	Senin, 6 Desember 2021	1.Perhatikan penulisan KTI sesuai pedoman 2.Perhatikan penegakan diagnosa	 Syahrul Said, S. Kep. Ns. M.Kep. Ph.D
4	Kamis, 9 Desember 2021	1.Masukkan terkait skoring prioritas masalah keperawatan keluarga 2.Lengkapi intervensi keluarga menggunakan 5 fungsi keperawatan keluarga	 Syahrul Said, S. Kep. Ns. M.Kep. Ph.D
5	Senin, 12 Desember 2021	1.Perbaiki implementasi tambahan waktu	



		pada SOAP 2.Perbaiki penulisan pada KTI	<b>Andi Masyita Irwan, S, Kep., Ns.,MN.,Ph.D</b>
6	Selasa, 13 Desember 2021	ACC	 <b>Syahrul Said, S. Kep. Ns. M.Kep. Ph.D</b>
7	Rabu, 14 Desember 2021	ACC	 <b>Andi Masyita Irwan, S, Kep., Ns.,MN.,Ph.D</b>