KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN LATIHAN RANGE OF MOTION (ROM) DAN SLOW STROKE BACK MASASE DALAM MENINGKATKAN KEKUATAN OTOT EKSTREMITAS ATAS PADA PASIEN STROKE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SAWAH LEBAR KOTA BENGKULU TAHUN 2025

NADIYAH ALIFAH
NIM : P01720222034

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI
DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
TAHUN 2025

HALAMAN JUDUL KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN LATIHAN RANGE OF MOTION (ROM) DAN SLOW STROKE BACK MASASE DALAM MENINGKATKAN KEKUATAN OTOT EKSTREMITAS ATAS PADA PASIEN STROKE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SAWAH LEBAR KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan Program Diploma Tiga Keperawatan pada Prodi DIII Keperawatan Bengkulu Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Disusun Oleh:

NADIYAH ALIFAH
NIM : P01720222034

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
JURUSAN KEPERAWATAN PROGRAM STUDI
DIPLOMA TIGA KEPERAWATAN
TAHUN 2025

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama	: Nadiyah Alifah
NIM	: P01720222034
Judul Proposal Penelitian	: Penerapan Latihan Range Of Motion Dan Slow Stroke Back Masase Dalam Meningkatkan Kekuatan Otot Ekstremitas Atas Pada Pasien Stroke Di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025

Menyatakan bahwa Proposal ini merupakan karya saya sendiri (ASLI), dan isi dalam KTI ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar akademis di suatu institusi pendidikan, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis dan di terbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Demikian pernyataan ini dan apabila kelak dikemudian hari terbukti dalam proposal ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Bengkulu, 28 Juni 2025

Yang Menyatakan



Nadiyah Alifah

NIM:

P01720222034

HALAMAN PERSETUJUAN

KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN LATIHAN RANGE OF MOTION (ROM) DAN SLOW STROKE BACK MASASE DALAM MENINGKATKAN KEKUATAN OTOT EKSTREMITAS ATAS PADA PASIEN STROKE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SAWAH LEBAR KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Dipersiapkan dan dipresentasikan oleh :

NADIYAH ALIFAH
NIM : P01720222034

Program Studi Diploma III Keperawatan

Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Oleh :

Pembimbing Karya Tulis Ilmiah

Ns. Husni, S.Kep., M.Pd.
NIP. 197412061997032001

iv

HALAMAN PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH

PENERAPAN LATIHAN RANGE OF MOTION (ROM) DAN SLOW STROKE BACK MASASE DALAM MENINGKATKAN KEKUATAN OTOT EKSTREMITAS ATAS PADA PASIEN STROKE DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SAWAH LEBAR KOTA BENGKULU TAHUN 2025

Disusun Oleh :

NADIYAH ALIFAH
NIM : P01720222034

Karya Tulis Ilmiah Ini Telah Diuji Dan Dinilai Oleh Panitia Penguji
Pada Tanggal 14 Juli 2025
Program Studi Diploma III Keperawatan Bengkulu
Poltekkes Kemenkes Bengkulu

Ketua Dewan Penguji

Ns. Hendri Heriyanto,S.Kep.,M.Kep
198205152002121004

Penguji 1	Penguji 2/ Pembimbing
Ns. Erni Buston,SST.,M.Kes	**Ns.Husni, S.Kep., M.pd**
NIP.198707072010122003	**NIP.197412061997032001**

Mengetahui :
Ketua Program Studi DIII Keperawatan Bengkulu

Ns. Rahma Annisa,S.Kep.,M.Kep
NIP.198503232010122002

v

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya. Dengan demikian, penulis dapat menyusun karya ilmiah yang berjudul " latihan *Range Of Motion (*rom) dengan *slow stroke back masase* untuk menurunkan ketegangan otot spatisitas ekstremitas atas pada Pasien Stroke di wilayah kerja puskesmas sawah lebar kota bengkulu." Dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah ini, penulis telah menerima bimbingan dan dukungan, baik dalam hal materi maupun nasihat, dari berbagai pihak, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini tepat waktu. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua yang telah membantu.:

1. Bunda Linda, SST., M.KES, yang menjabat sebagai Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu, telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu.
2. Mam Ns. Erni Buston, SSt.M. Kes selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu dan Ketua Dewan Penguji Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Mam Ns. Rahma Annisa, S.Kep., M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu
4. Mam Ns. Husni, S,Kep.,M.Pd selaku dosen pembimbing saya yang telah menginsiprasi dan banyak meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dengan penuh kesabaran kepada penulis dalam menyusun proposal Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Seluruh Dosen dan Staf Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
6. Pasien kelolaan Ny.D dan Tn.M dan keluarga yang telah mengizinkan penulis untuk menjadikan pasien kelolaan studi kasus
7. Seluruh Mahasiswa-Mahasiswi Poltekes Kemenkes Bengkulu Prodi Diploma Tiga Jurusan Keperawatan Tahun 2025 yang penulis sayangi.

Semoga bimbingan dan bantuan serta nasihat yang telah diberikan akan menjadi amal baik oleh allah SWT. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini masih banyak terdapat kekeliruan dan kekhilafan baik dari segi penulisan maupun penyusunan, oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan bimbingan dari berbagai pihak agar penulis dapat berkarya lebih baik dan optimal lagi di masa yang akan datang.

Penulis berharap bahwa Karya Tulis Ilmiah yang telah disusun ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak yang terlibat, serta mampu mendorong perubahan positif, khususnya bagi peneliti itu sendiri dan mahasiswa program studi Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Bengkulu, 1 4 , j u l i 2025

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Nadiyah Alifah

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“Puncak bukan hadiah bagi yang cepat, melainkan
bagi yang kuat bertahan.”

PERSEMBAHAN

1. Ayahanda tercinta,. Sosok tangguh yang menjadi alas doaku setiap malam. Terima kasih atas segala perjuangan yang tak pernah engkau ucapkan, namun selalu kurasakan dalam setiap langkah. Dalam setiap halaman karya ini, ada lelah yang kutahan, ada semangat yang kutumbuhkan. Semuanya agar kelak Ayah bangga memiliki anak perempuan yang tak menyerah pada keadaan. Karya ini adalah wujud kecil dari tekadku membalas semua pengorbananmu.
2. Ibunda tersayang,. Cinta dan doamu adalah pelindung terbaik dalam hidupku. Terima kasih telah menjadi peneduh di saat gundah, dan penopang saat aku nyaris tumbang. Dari kelembutanmu aku belajar makna merawat dengan hati, dan dari kesabaranmu aku belajar bertahan dalam sunyi. Karya ini kutulis sambil membayangkan senyummu, berharap ia menjadi salah satu alasan bahagiamu hari ini.
3. Untuk almarhumah Nenek tercinta, Engkau mungkin tak sempat melihat prosesku, tapi semangatmu tetap hidup di hatiku. Doa dan cintamulah yang menjadi motivasi terbesar dalam setiap langkahku. Karya ini kupersembahkan untukmu, sebagai wujud rinduku yang tak pernah selesai.
4. Untuk Ibu Pembimbing saya, Ns. Husni, S.Kep., M.Pd. Terima kasih atas kesabaran, kebaikan, dan bimbingan tulus yang selalu mempermudah langkah saya hingga karya ini terselesaikan. Doa terbaik saya persembahkan untuk Ibu.
5. Untuk sahabat kecilku, Meilia Terima kasih telah menjadi telinga di saat aku lelah, tempat paling aman untuk tangisku, ruang paling jujur untuk keluh kesahku, di saat aku nyaris menyerah, kau tetap tinggal mendengar tanpa menghakimi, memahami tanpa banyak tanya. Kau bukan sekadar sahabat, tapı tempat aku pulang saat dunia terasa berat. Di setiap tangis dan tawa, kau hadir tanpa syarat. Karya ini juga milikmu karena sebagian kekuatanku, labır darı keberadaanmu

6. Untuk sahabat seperjuanganku: Intan Ayu Utami, Herdinda Putri, Arin Nadia, Yora Intan, Tri Putri Andini, Andhine Safira, dan Fiola Agustin. Terima kasih atas tawa, doa, dan kebersamaan yang menjadikan perjalanan ini lebih indah dan bermakna.
7. Terakhir, untuk diri saya sendiri, Nadiyah Alifah Terima kasih karena telah memilih untuk tetap melanjutkan, meski dunia tak selalu ramah. Telah melalui begitu banyak proses, kehilangan, tangis yang diam-diam, dan rasa lelah yang nyaris tak terlihat namun tetap berdiri sampai di titik ini. Tulisan ini bukan hanya hasil dari pemikiran, tapi juga dari luka yang perlahan dijahit, semangat yang berkali-kali tumbuh kembali, dan keberanian untuk percaya meski sering merasa sendiri. Aku bangga padamu, Nadiya! Karena di balik halaman demi halaman ini, ada hati yang pernah rapuh tapi tak menyerah. Semoga langkahmu selalu dikuatkan, meski tak selalu ada yang tahu seberapa berat kamu menjalaninya.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Penerapan Latihan Range of Motion (ROM) dan Slow Stroke Back Massage dalam Meningkatkan Kekuatan Otot Ekstremitas Atas pada Pasien Stroke di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025

Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Bengkulu, Jl. Indragiri No. 3, Padang Harapan, Kota Bengkulu

ABSTRAC

Latar Belakang : Stroke non-hemoragik menyebabkan gangguan mobilitas dan kelemahan pada otot-otot ekstremitas atas. Terapi rehabilitasi seperti latihan Range of Motion (ROM) dan pijat punggung perlahan (Slow Stroke Back Massage/SSBM) menawarkan pendekatan non-farmakologis yang efektif.

Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh latihan ROM pasif dan SSBM terhadap peningkatan kekuatan otot ekstremitas atas pada pasien stroke non-hemoragik.

Metode : Studi kasus ini melibatkan dua pasien stroke di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu. Intervensi dilakukan setiap hari selama tujuh hari berturut-turut, masing-masing selama 20 menit. Data dikumpulkan melalui observasi dan pengukuran kekuatan otot sebelum dan sesudah intervensi.

Hasil : Kedua partisipan menunjukkan peningkatan kekuatan otot ekstremitas atas setelah menjalani terapi ROM dan SSBM

Kesimpulan : Kombinasi latihan ROM dan SSBM efektif dalam meningkatkan kekuatan otot ekstremitas atas pada pasien stroke dan dapat diterapkan sebagai bagian dari intervensi keperawatan.

The Application of Range of Motion (ROM) Exercises and Slow Stroke Back Massage to Improve Upper Extremity Muscle Strength in Stroke Patients at Sawah Lebar Public Health Center, Bengkulu City, 2025

Jurusan keperawatan poltekes kemenkes bengkulu, jln. Indragiri No. 3, padang harapan, kota bengkulu.

ABSTRAC

Background: Non-hemorrhagic stroke leads to impaired mobility and weakness in the upper extremity muscles. Rehabilitation therapies such as Range of Motion (ROM) and Slow Stroke Back Massage (SSBM) offer effective non-pharmacological approaches.

Objective: To determine the effect of passive ROM exercises and SSBM on improving upper extremity muscle strength in non-hemorrhagic stroke patients.

Method: This case study involved two stroke patients in the working area of Sawah Lebar Public Health Center, Bengkulu City. Interventions were conducted once daily for seven consecutive days, lasting 20 minutes each session. Data were collected through observation and pre-post muscle strength measurements.

Results: Both participants showed improvement in upper extremity muscle strength after undergoing ROM and SSBM therapy.

Conclusion: The combination of ROM and SSBM is effective in increasing upper extremity muscle strength in stroke patients and can be applied as part of nursing interventions.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL KARYA TULIS ILMIAH ..... **ii**
PERNYATAAN ORISINALITAS iii
HALAMAN PERSETUJUAN ..... **iv**
KARYA TULIS ILMIAH ..... **iv**
KATA PENGANTAR ..... **v**
ABSTRAC ..... **vii**
DAFTAR ISI ..... **ix**
DAFTAR GAMBAR ..... **ix**
DAFTAR TABEL ..... **xi**
DAFTAR BAGAN ..... **xii**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A.LATAR BELAKANG 1
B.Rumusan masalah 4
C.Tujuan 4
D.Manfaat penelitian 5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **6**
A.Konsep Dasar Stroke 6
B.Konsep Dasar Tentang *Range Of Motion* (ROM) 14
D.Konsep Dasar Tentang *Slow Stroke Back Masase* (SSBM) 19
BAB III METODE STUDI KASUS **31**
A.Rancangan Studi Kasus 31
B.Subjek Studi Kasus 31
1. Kriteria inklusi 31
C.Fokus Studi Kasus 31
D.Definisi Operasional 32
E.Instrumen Studi Kasus 32
F.Metode Pengumpulan Data 32
G.Langkah-langkah Pelaksanaan Studi Kasus 32
H.Tempat dan Waktu 33

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

I.Analisis Data dan Penyajian Data..... 33
J.Etika Studi Kasus 33
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 35
A. Jalannya Penelitian..... 35
B. Hasil Penelitian 36
BAB V PENUTUP..... 45
A.Kesimpulan 45
B.Saran..... 45
DAFTAR PUSTAKA..... 47

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pembuluh darah..... 9
Gambar 2. 2 Gerakan pertama 22
Gambar 2. 3 Gerakan kedua SSBM. 22
Gambar 2. 4 Gerakan ketiga SSBM. 23
Gambar 2. 5 Gerakan keempat SSBM. 23
Gambar 2. 6 Gerakan kelima SSBM..... 23

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian terkait 25
Tabel 4.1 Hasil observasi. 38
Tabel 4.2 Gambaraan kekuatan otot. 42

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

DAFTAR BAGAN

Bagan 2. 1 Kerangka Teori 24

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu