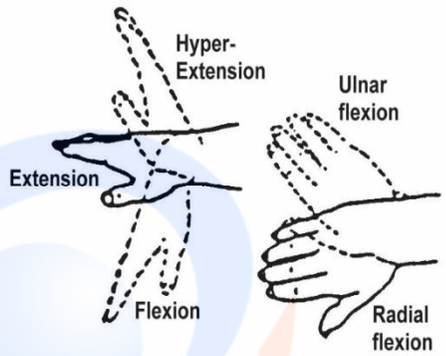
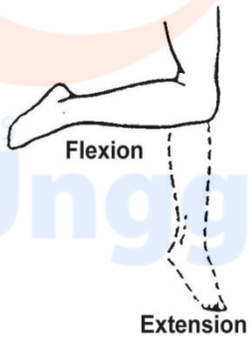
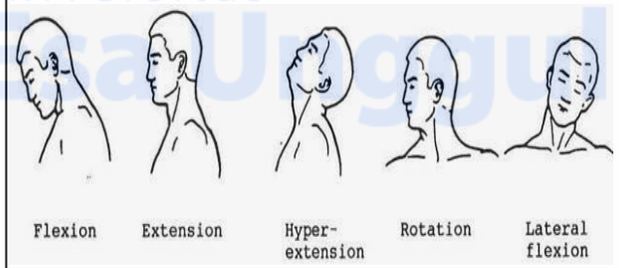
CONTOH GERAKAN







ROM (RANGE OF MOTION) PASIF

OLEH

Nama : MARIA M. ELA PUKA
NIM : 20160305058

PROGRAM STUDI ILMU-ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS ESA UNGGUL
TAHUN 2018

APA ITU ROM?

ROM Pasif adalah

Energi yang dikeluarkan untuk latihan berasal dari orang lain (perawat) atau alat mekanik. Perawat melakukan gerakan persendian klien sesuai dengan rentang gerak yang normal (klien pasif)

Criteria Pasien dengan ROM Pasif

1. Pasien semikoma/tidak sadar
2. pasien dengan keterbatasan mobilisasi tidak mampu melakukan beberapa atau semua latihan rentang gerak dengan mandiri,
3. pasien tirah baring total atau pasien dengan paralisis ekstermitas total (suratun, dkk, 2008).

Prinsip Dasar Latihan ROM adalah

1. DIlakukan 8 kali minimal 2 kali sehari
2. Dilakukan perlahan dan hati2
3. Bagian tubuh yg dilakukan ROM (leher, jari, lengan, siku, bahu, , pergelangan tangan, kaki,

Jenis Gerakan ROM Pasif

1.Fleksi, yaitu berkurangnya sudut persendian.
2.Ekstensi, yaitu bertambahnya sudut persendian.
3. Hiperekstensi, yaitu ekstensi lebih lanjut.
4. Abduksi, yaitu gerakan menjauhi dari garis tengah tubuh.
5.Adduksi, yaitu gerakan mendekati garis tengah tubuh.
6.Rotasi, yaitu gerakan memutari pusat dari tulang.
7.Eversi, yaitu perputaran bagian telapak kaki ke bagian luar, bergerak membentuk sudut persendian.
8. Inversi, yaitu putaran bagian telapak kaki ke bagian dalam bergerak membentuk sudut persendian
9..Supinasi, yaitu pergerakan telapak tangan dimana permukaan tangan bergerak ke atas
10.. Oposisi, yaitu gerakan menyentuhkan ibu jari ke setiap jari-jari tangan pada tangan yang sama

SENDI YG DIGERAKAN

- Leher (fleksi/ekstensi, fleksi lateral)
- Bahu tangan kanan dan kiri (flkesi/ekstensi, abduksi/adduksi, Rotasi bahu)
- Siku tangan kanan dan kiri (fleksi/ekstensi, pronasi/supinasi)
- Pergelangan tangan (fleksi, ekstens hiperekstensi, abduksi/adduksi)
- Jari-jari tangan (fleksi, ekstensi, /hiperekstensi, abduksi/adduksi, oposisi)
- Pinggul dan lutut (fleksi/ekstensi, abduksi/adduksi, rotasi internal /eksternal)
- Pergelangan kaki (fleksi/ekstensi, Rotasi)
- Jari kaki (fleksi/ekstensi)