

SOP ROM AKTIF / PASIF

Prosedur	Kegiatan
Persiapan Klien	1. Menjelaskan pada klien mengenai tujuan dari tindakan keperawatan yang diberikan kepada klien
	2. Kaji kembali keluhan klien dan disesuaikan dengan indikasi, serta rencana tindakan yang ingin diberikan kepada klien
	3. Kontrak waktu dengan klien : kapan pelaksanaan dan berapa lama pelaksanaan tindakan keperawatan
Pelaksanaan	Fase Orientasi
	1. Mengucapkan salam kepada klien
	2. Mengidentifikasi klien dengan ; nama, tanggal lahir, nomor rekam medis (nrm) klien
	3. Memvalidasi kontrak waktu yang telah disepakati
	Fase Kerja
	4. Menutup sampiran/gordyn
	5. Mencuci tangan
	6. Latihan ROM lengan <ul style="list-style-type: none"> a. Lengan bawah fleksi, sehingga telapak tangan dan jari jari tangan pada posisi vertikal. b. Lakukan gerak fleksi kedepan pada pergelangan. c. Lakukan gerakan fleksi ke belakang pada pergelangan tangan pasien. d. Ulangi gerakan tersebut sampai 8 kali.
	7. Latihan ROM siku <ul style="list-style-type: none"> a. Posisi tangan pasien sejajar dengan tubuh dengan telapak tangan menghadap keatas. b. Lakukan gerakan fleksi sikudengan mengangkat lengan bawah kearah atas. c. Kembalikan ke posisi semula dan ulangi sebanyak 8 kali.
	8. Latihan pronasi lengan bawah <ul style="list-style-type: none"> a. Perawat memutar lengan bawah pasien kearah luar atau ke arah perawat. b. Kembalikan ke posisi semula. c. Lakukan gerakan supinasi, perawat memutar lengan bawah pasien kearah dalam. d. Kembalikan ke posisi semula, lakukan

	gerakan 8 kali.
	<p>9. Latihan fleksi dan ekstensi bahu</p> <ol style="list-style-type: none"> Mengangkat lengan klien ke atas sehingga posisi tangan klien tegak lurus. Kembalikan ke posisi semula dan lakukan sebanyak 8 kali.
	<p>10. Abduksi dan adduksi bahu</p> <ol style="list-style-type: none"> Posisi lengan pasien sejajar dengan tubuh telapak tangan menghadap keatas. Gerakkan tangan menjauhi tubuh, kembalikan ke posisi semula, ulangi gerakan 8 kali.
	<p>11. Latihan rotasi bahu</p> <ol style="list-style-type: none"> Posisi lengan kanan bawah pasien tegak lurus dengan lengan fleksi. Gerakkan lengan bawah ke arah depan atau ke bawah sehingga menyentuh tempat tidur. Kembalikan ke posisi semula. Perawat menggerakkan lengan bawah ke belakang sampai punggung tangan menyentuh tempat tidur. Ulangi gerakan 8 kali.
	<p>12. Latihan fleksi dan ekstensi jari kaki</p> <ol style="list-style-type: none"> Posisi kaki pasien lurus. Lakukan gerakan fleksi jari ke depan atau jari ke belakang menghadap ke arah permukaan tempat tidur. Lakukan gerakan ekstensi jari dengan menggerakkan jari ke belakang. Ulangi kegiatan 8 kali
	<p>13. Latihan inversi dan eversi kaki</p> <ol style="list-style-type: none"> Posisikan kaki klien dalam posisi ekstensi. Gerakkan kaki klien ke arah dalam sehingga telapak kaki menghadap ke arah kaki lainnya. Kembalikan ke posisi semula. Lakukan gerakan memutar ke arah luar sehingga telapak kaki menjauhi kaki lainnya. Kembalikan ke posisi semula. Ulangi sebanyak 8 kali.
	<p>14. Latihan fleksi dan ekstensi lutut</p> <ol style="list-style-type: none"> Perawat mengangkat kaki klien dengan tinggi 8 cm kemudian tekuk lutut ke arah dada. Lakukan gerakan ekstensi lutut, dengan menurunkan kaki klien ke bawah dan

	kembalikan ke posisi semula. c. Ulangi kegiatan sebanyak 8 kali.
	15. Latihan adduksi dan abduksi pangkal paha a. Perawat mengangkat kaki klien dengan tinggi 8 cm. b. Angkat kaki klien ke arah samping menjauhi tubuh. c. Lakukan gerakan abduksi dengan mengangkat kaki dan arahkan mendekati tubuh. d. Ulangi sampai 8 kali.
	16. Mencuci tangan
	Fase Terminasi
	17. Mengevaluasi perasaan klien setelah dilakukannya tindakan keperawatan
	18. Mengevaluasi secara subyektif adanya perubahan saat atau setelah dilakukan tindakan keperawatan
	19. Kontak waktu untuk tindak lanjut untuk tindakan keperawatan selanjutnya
	20. Mengucapkan salam kepada klien
	21. Mendokumentasikan tindakan keperawatan yang telah diberikan kepada klien (di ners station)