

Lampiran 1 Matriks Kegiatan

Kegiatan	Desember				Januari				Februari				Maret				April				Mei			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Pengesahan judul dan konfirmasi judul ke pembimbing																								
Penyusunan proposal (BAB I,II,III)																								
Seminar proposal																								
Revisi proposal																								
Pengurusan izin																								
Pengambilan & pengumpulan data																								
Analisa data																								
Bimbingan BAB IV,V																								

[illegible]

SURAT PENGANTAR

Kepada Yth.

Direktur RSUD Dr. Harjono Ponorogo

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama / NIM : Muhammad Dzaky Afif / P17250223033

Alamat : Jl. Curug Luhur Indah, Gn. Malang, Kec. Tenjolaya, Kab. Bogor, Jawa Barat

Telp : 088905261227

Saya adalah mahasiswa Prodi D3 Keperawatan Ponorogo Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang yang sedang melaksanakan penelitian studi kasus dengan judul **“Asuhan Keperawatan Pada Pasien CKD. Dengan Masalah Keperawatan Intoleransi Aktivitas”**.

Tujuan studi kasus ini untuk mengetahui pelaksanaan asuhan keperawatan yang sudah dilakukan dan upaya meningkatkan mutu asuhan keperawatan. Kerahasiaan identitas dan informasi yang diberikan akan dijaga. Jika terjadi hal-hal yang memberatkan maka anda diperbolehkan mengundurkan diri dari kegiatan studi kasus ini dengan menghubungi penulis pada nomor yang tercantum di atas.

Apabila anda menyetujui maka saya mohon kesediaannya menandatangani lembar persetujuan. Atas kesediaan dan kerjasamanya dalam karya tulis (studi kasus) ini, saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya

Muhammad Dzaky.A

Lampiran 3 Laporan Persetujuan

505090172
IA AGUST
Thn 8 Bln
-08-1993
RAYA JE



PEMERINTAH KABUPATEN PONOROGO
RSUD Dr. HARJONO S. PONOROGO
Jl. Raya Ponorogo - Pacitan, Ponorogo
Telp. (0352) 489262, 481218, 489136, Fax. (0352) 485051



LIA AGUSTINA
282173
14 Agustus 1993

PERSETUJUAN / INFORMED CONSENT
PENELITIAN UJI KLINIK

Tgl. Masuk : 09-05-2021 Jam : 13.00

Jenis kelamin : ☐ L ☒ P Ruang : Rawat

RM. 74
Halaman 1

PEMBERIAN INFORMASI		
No.	JENIS INFORMASI	ISI INFORMASI
1.	Tujuan Penelitian	ny. Lia Agustina
2.	Prosedur Penelitian	Muhammad Dzaky Arief
3.	Manfaat yang akan diperoleh	Muhammad Dzaky Arief
4.	Kemungkinan terjadinya ketidaknyamanan dan resiko	ny. Lia Agustina
5.	Prosedur Alternatif	
6.	Menjaga Kerahasiaan	
7.	Kompensasi bila terjadi kecelakaan dalam penelitian	
8.	Partisipasi berdasarkan kesukarelaan	
9.	Proses persetujuan keikutsertaan sebagai subyek penelitian	
10.	Proses penolakan sebagai subyek penelitian dan pengunduran diri sebagai subyek penelitian sebelum penelitian selesai	
11.	Insentif bagi subyek penelitian bila ada	
12.	Kemungkinan timbul biaya bagi penjamin akibat keikutsertaan sebagai subyek penelitian	
13.	Penjelasan perlakuan / tindakan	
14.	Penggunaan hasil tes genetik & informasi genetik	
15.	Biobank	
16.	Resiko kelompok Rentan	
17.	Penelitian / bantuan kemanusiaan	

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah menerangkan hal - hal di atas secara benar, jelas dan memberikan kesempatan untuk bertanya dan atau berdiskusi.

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah menerima informasi sebagaimana diatas yang saya beri tanda/paraf dikolom kananya dan telah memahaminya.

Pemberi Informasi,
(.....)
Tanda tangan dan nama terang

Pemberi Informasi,
(.....)
Tanda tangan dan nama terang

052021

PEMBERIAN INFORMASI TENTANG PENELITIAN UJI KLINIK

RM. 74
Halaman 2

PERSETUJUAN MENGIKUTI PENELITIAN / INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Ua
Tanggal Lahir / Jenis Kelamin : 14 Agustus 1993 L / P
Alamat : Jenangan
Hubungan dengan pasien : ☐ Istri ☐ Suami ☐ Anak ☐ Ayah ☐ Ibu
☒ Saya sendiri

Setelah memperoleh informasi baik secara lisan dan tulisan mengenai penelitian / penapisan dan informasi tersebut telah saya pahami dengan baik tentang manfaat tindakan yang akan dilakukan, keuntungan dan kemungkinan ketidaknyamanan dari penelitian yang dilakukan oleh :

Nama : Muhammad Dzaky Sif
Institusi : Poltekkes Malang Prodi D-III Keperawatan Ponorogo
Judul : Asuhan Keperawatan Pada pasien CKD dengan masalah intoleransi aktivitas
Dalam rangka : ☒ KTI ☐ Skripsi ☐ Tesis ☐ Disertas ☐ Lainnya

Dengan ini saya menyatakan setuju untuk berpartisipasi dalam penelitian / penapisan. Dan apabila di kemudian hari saya merasa terganggu akibat dari proses penelitian, saya diperkenankan untuk mengundurkan diri dari keikutsertaan dalam penelitian, dan saya mendapatkan jaminan dari peneliti maupun pihak lain yang terkait dengan penelitian bahwa pengunduran diri saya tidak akan mempengaruhi kualitas pelayanan kesehatan terhadap saya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar tanpa paksaan dari pihak manapun serta untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ponorogo, Tgl. : 09-05-2025 Jam 19.00

Peneliti

Yang menyatakan


(Dzaky Sif)
Tanda tangan dan nama terang


(Ua)
Tanda tangan dan nama terang

052021

Lampiran 4 Surat Keterangan Lulus Uji Etik

**KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
HEALTH RESEARCH ETHICS COMMITTEE
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. HARJONO S. PONOROGO
REGIONAL GENERAL HOSPITALS Dr. HARJONO S. PONOROGO**

**KETERANGAN LOLOS UJI ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL**

“ ETHICAL APPROVAL “

NOMOR : 0054213502321112025042200023 / IV / KEPK / 2025

Komite Etik Penelitian Kesehatan RSUD Dr. Harjono S. Ponorogo dalam upaya melindungi hak asasi dan kesejahteraan subyek penelitian, telah mengkaji dengan teliti protokol berjudul :
Health Research Ethics Committee RSUD Dr. Harjono S. Ponorogo in the effort to protect the rights and welfare of research subjects of health, has reviewed carefully the protocol entitled :

**“Asuhan Keperawatan pada Pasien CKD dengan masalah Keperawatan
Intoleransi Aktivitas di RSUD Dr. Harjono Ruang Seruni “**

Peneliti Utama <i>Principal Investigator</i>	: Muhammad Dzaky Afif
Nama Program Studi <i>Name of Major</i>	: D3 Keperawatan Poltekkes Malang
Nama Penguji <i>Name of examine</i>	: 1. dr Andri Nurdiyana Sari, Sp.KJ 2. dr. Riza Mazidu Sholihin, Sp.U 3. Muhammadu Nawa Adi, S.Kom 4. Wahyu Ria Wijayanti, S.Gz 5. Evy Njoman EW, S.Tr.Keb 6. Agus Suryono, S.Kep.Ns.,MM.Kes

Dan telah menyetujui protocol di atas
And approved the above-mentioned protocol.

Ponorogo, 28 April 2025

**KETUA
KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH Dr. HARJONO S.
KABUPATEN PONOROGO**



Dr. ANDRI NURDIYANA SARI, Sp.KJ
NIP. 19791205 200604 2 029

Lampiran 5 Instrumen Intoleransi Aktivitas

INSTRUMEN PENILAIAN INTOLERANSI AKTIVITAS

No	Indikator	Skor		
		1	2	3
1.	Pasien menunjukkan kemudahan melakukan aktivitas sehari-hari	Tergantung secara total	Memerlukan bantuan dan pengawasan orang lain	Mandiri
2.	Kecepatan berjalan	Berjalan sejauh > 6 meter memerlukan waktu 15- 45 detik	Berjalan sejauh > 6 meter memerlukan waktu 5- 15 detik	Berjalan sejauh > 6 meter memerlukan waktu 3- 5 detik
3.	Tekanan darah sistolik dalam batas normal	kenaikan > 30 Penurunan > 20	kenaikan 10- 30 Penurunan 10- 20	Kenaikan < 10 Penurunan < 10
4.	Tekanan darah diastolik dalam batas normal	Naik > 30 Turun > 30	Naik 15- 30 Turun 15 - 30	Naik < 15 Turun < 15
5.	Lelah saat beraktivitas	Tidak dapat melakukan aktivitas ringan	Lelah saat aktivitas ringan	Tidak lelah saat aktivitas ringan
6.	Frekuensi nadi	Nadi >121x/menit atau nadi <50x/menit	Nadi 101-120x/menit atau 50-59 x/menit	Nadi normal 60-100x/menit
7.	Frekuensi napas	Sesak nafas berat Rr 25 x/menit atau 9 x/menit	Sesak nafas ringan Rr 21-24 x/menit atau Rr 10-11 x/menit	Tidak ada sesak nafas Rr 12-20 x/menit
8.	Kemudahan dalam melakukan transpartasi (ADL) toileting, makan, berpakaian, mandi, dan berpindah tempat	Tergantung total	Dibantu sebagian	Mandiri
9.	Warna kulit	Pucat sianosis	Sedikit pucat	Normal
Total		9	18	27

(PPNI, 2018)

Keterangan :

1. Toleransi aktivitas baik : 27
2. Toleransi aktivitas sedang : 18-27
3. Toleransi aktivitas buruk : 9-17

Lampiran 6 Jadwal Kegiatan Harian

JADWAL KEGIATAN HARIAN

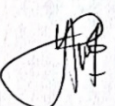
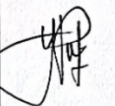
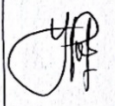
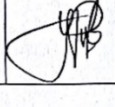
Intervensi	Ke-1	Ke-2	Ke-3	Ke-4	Ke-5	Ke- 6
Mengukur toleransi aktivitas menggunakan instrumen penilaian intoleransi aktivitas						
Identifikasi gangguan fungsi tubuh yang mengakibatkan kelelahan						
Monitor kelelahan fisik dan emosional						
Monitor pola dan jam tidur						
Monitor lokasi dan ketidaknyamanan selama melakukan aktivitas						
Sediakan lingkungan nyaman dan rendah stimulus						
Lakukan latihan rentang gerak ROM aktif						
Berikan aktivitas distraksi yang menenangkan						
Fasilitasi duduk dan di sisi tempat tidur, jika tidak dapat berpindah atau berjalan						
Anjurkan tirah baring						
Anjurkan melakukan aktivitas secara bertahap						
Anjurkan menghubungi perawat jika tanda dan gejala kelelahan tidak berkurang						
Ajarkan strategi koping untuk mengurangi kelelahan						

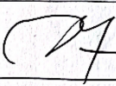
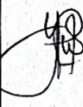
Keterangan : kolom warna merah implikasi yang dilakukan

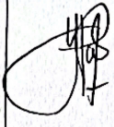
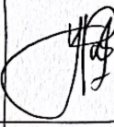
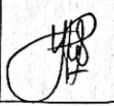
Lampiran 7 Lembar Konsultasi

LEMBAR KONSULTASI

Nama : Muhammad Dzaky Afif
 NIM : P17250223033
 Dosen Pembimbing : Yustina Purwaningsih, SST,M.K.M
 Judul : Asuhan Keperawatan Pada Pasien CKD Dengan Masalah Keperawatan Intoleransi Aktivitas di RSUD Dr. Harjono Ponorogo Diruang Seruni.

NO	TANGGAL	BAB	REKOMENDASI PEMBIMBING	TANDA TANGAN
1.	2 Januari 2025	I	1. Menetapkan judul penelitian 2. Membenahi latar belakang sesuai buku panduan 3. Menambahkan data penguat bahwa manajemen energy dapat meningkatkan toleransi aktivitas	
2.	6 Januari 2025	I	1. Merapikan kembali penulisan 2. Mencari data terbaru tentang jumlah yang terjangkit CKD didunia, negara, dan wilayah 3. Menambahkan penyebab mengapa CKD mengalami intoleransi aktivitas	
3.	6 Januari 2025	II	1. Menambahkan sitasi dan minimal 10 tahun terakhir 2. Menambahkan sumber-sumber yang ada 3. Merapikan kembali penulisan 4. Menambahkan pengertian intoleransi aktivitas 5. Menambahkan pengertian ROM Aktif	
4.	4 Maret 2025	III	1. Instrumen lebih spesifik 2. Diperhatikan penulisan huruf besar 3. Pada bagian observasi dijelaskan lagi perilaku sesuai anjuran seperti apa	
5.	16 Maret 2025	III	1. Tabel instrument evaluasi harian diperjelas lagi	

6.	16 Maret 2025	I-III	ACC SIAPKAN SEMINAR PROPOSAL	
7.	18 Maret 2025	I-III	Revisi Penguji 1. Membetulkan latar belakang sesuai buku panduan 2. Memperbarui data terbaru 3. Menambahkan rumusan masalah 4. Membuat kriteria hasil yang dapat diukur. 5. Mengubah KTI menjadi Proposal. 6. Merapikan kembali penulisan Proposal 7. Menambahkan SOP ROM aktif	
8.	5 Mei 2025	I-III	ACC REVISI DOSEN PENGUJI	
9.	5 Mei 2025	I-III	Revisi Pembimbing 1. membenahi Instrumen	
10.	5 Mei 2025	I-III	ACC PROPOSAL SIAPKAN PENELITIAN	
11.	14 Mei 2025	IV	1. Menambahkan Teori dan opini dari peneliti sendiri 2. Menambahkan grafik Evaluasi 3. Merapikan kembali penulisan KTI 4. Menambahkan alasan mengapa pasien CKD berkemih sedikit 5. Menambahkan alasan mengapa pasien CKD mengalami mual muntah 6. Pendapat peneliti mengapa pasien CKD mengalami hipertensi 7. Mencocokkan data pengkajian dengan data yang berada di analisis data 8. Mencari teori tanda dan gejala pasien CKD mengalami intoleransi aktivitas	

12.	16 Mei 2025	IV-V	1. Perbaiki penulisan karya tulis ilmiah 2. Bagian pembahasan lebih dijelaskan lagi teori 3. Pada bagian evaluasi hari ketiga dijelaskan yang menyebabkan peningkatan toleransi aktivitas	
13.	23 Mei 2025	IV-V	Acc Siap Mempertahakan Hasil Di Forum	
14.	28 Mei 2025	IV-V	Revisi Penguji 1. Abstrak spasi 1 2. Penulisan ejaan dibenarkan 3. Penulisan opini dibawah teori 4. Merapikan spasi 5. Abstrak yang inggris ditulis miring 6. Minimal kata kunci 4 kata diabstrak 7. Bagian evaluasi dibab 4 ditambahkan mengapa alasan mengapa latihan rentang gerak ROM aktif dapat meningkatkan toleransi aktivitas 8. Memperbaiki kteria inklusi yang dimasukan secara lebih detail	
15.	11 Juni 2025	IV-V	Revisi Penguji 1. Abstrak bagian saran dihapus 2. Penulisan kalimat jangan berulang 3. Digrafik angka tertinggi 27 4. Menambahkan tanggal dilembar pengesahan Acc Lanjutkan ke Pembimbing	
16.	11 Juni 2025	All	ACC REVISI HASIL SEMINAR	

Lampiran 8 Lembar Obsevasi Toleransi Aktivitas

No	Indikator	Hari ke 1	Hari ke 2	Hari ke 3	Hari ke 4	Hari ke 5	Hari ke 6
1.	Pasien menunjukkan kemudahan melakukan aktivitas sehari-hari						
2.	Kecepatan berjalan						
3.	Tekanan darah sistolik dalam batas normal						
4.	Tekanan darah diastolik dalam batas normal						
5.	Lelah pada saat beraktivitas						
6.	Frekuensi nadi						
7.	Frekuensi nafas						
8.	Kemudahan dalam melakukan transportasi (ADL)						
9.	Warna kulit						
Total							

Keterangan :

1. Toleransi aktivitas baik : 27
2. Toleransi aktivitas sedang : 18-26
3. Toleransi aktivitas buruk : 9-17

Lampiran 9 Hasil Observasi Toleransi Aktivitas

No	Indikator	Hari ke 1	Hari ke 2	Hari ke 3	Hari ke 4	Hari ke 5	Hari ke 6
1.	Pasien menunjukkan kemudahan melakukan aktivitas sehari-hari	(2) Memerlukan bantuan dan pengawasan	(2) memerlukan bantuan dan pengawasan	(2) memerlukan bantuan dan pengawasan	(2) memerlukan bantuan dan pengawasan	(3) Mandiri	(3) Mandiri
2.	Kecepatan berjalan	(2) berjalan sejauh > 6 meter memerlukan waktu 7 detik	(2) berjalan sejauh > 6 meter memerlukan waktu 6 detik	(3) berjalan sejauh > 6 meter memerlukan waktu 5 detik	(3) berjalan sejauh > 6 meter memerlukan waktu 5 detik	(3) berjalan sejauh > 6 meter memerlukan waktu 4 detik	(3) berjalan sejauh > 6 meter memerlukan waktu 4 detik
3.	Tekanan darah sistolik dalam batas normal	(3) tidak ada kenaikan dan penurunan tekanan darah sistolik :TD 150	(3) tidak ada kenaikan dan penurunan tekanan darah sistolik TD : 150	(3) mengalami kenaikan tekanan darah sistolik TD : 163	(3) mengalami penurunan tekanan darah sistolik TD: 140	(3) mengalami kenaikan tekanan darah sistolik 146	(3) mengalami penurunan tekanan darah sistolik 139
4.	Tekanan darah diastolik dalam batas normal	(3) tidak ada kenaikan dan penurunan tekanan darah diastolik ; TD 90	(3) terjadi penurunan tekanan darah diastolic TD :80	(3) tidak terjadi kenaikan dan penurunan tekanan darah diastolic TD :80	(3) tidak terjadi kenaikan dan penurunan tekanan darah diastolik TD :80	(3) terjadi kenaikan tekanan darah diastolik 87	(3) terjadi penurunan tekanan darah diastolik 83
5.	Lelah pada saat beraktivitas	(3) tidak lelah jika melakukan aktivitas ringan	(3) tidak lelah jika melakukan aktivitas ringan	(3) tidak lelah jika melakukan aktivitas ringan	(3) tidak lelah jika melakukan aktivitas ringan	(3) tidak lelah jika melakukan aktivitas ringan	(3) tidak lelah jika melakukan aktivitas ringan
6.	Frekuensi nadi	(3) nadi pasien berada diangka 96x/menit	(3) nadi pasien berada diangka 80x/menit	(3) nadi pasien berada diangka 86x/menit	(3) nadi pasien diangka 82 x/ menit	(3) nadi pasien diangka 84 x/ menit	(3) nasi pasien diangka 80x/ menit
7.	Frekuensi nafas	(1) RR pasien diangka 31x/ menit	(1) RR 26x/menit	(2) RR 24x/menit	(2) RR 23x/menit	(2) RR 21x/ menit	(3) 18x/menit
8.	Kemudahan dalam melakukan transportasi (ADL)	(3) Mandiri	(3) Mandiri	(3) Mandiri	(3) Mandiri	(3) Mandiri	(3) Mandiri
9.	Warna kulit	(2)sedikit pucat	(2) sedikit pucat	(2) sedikit pucat	(2) sedikit pucat	(3) Normal	(3) Normal
Total		21 (masuk dalam katagori	22 (masuk dalam katagori	24 (masuk dalam kategori	24 (masuk dalam	26 (masuk dalam kategori	27 (masuk dalam

	toleransi aktivitas sedang)	toleransi aktivitas sedang)	toleransi aktivitas sedang)	kategori toleransi aktivitas sedang)	toleransi aktivitas sedang)	kategori toleransi aktivitas baik
--	------------------------------------	-----------------------------------	------------------------------------	---	-----------------------------------	--

Keterangan :

Intervensi dilakukan secara berurutan dari No 1- 9

1. Toleransi aktivitas baik : 27
2. Toleransi aktivitas sedang : 18-26
3. Toleransi aktivitas buruk : 9-17

Lampiran 10 SOP Latihan ROM Aktif

STANDARD OPERASIONAL PROSEDUR LATIHAN ROM AKTIF		Petugas/Pelaksana: Mahasiswa
Pengertian	Melakukan latihan pergerakan rentang sendi (ROM) sesuai dengan rentang gerak sendi penuh tanpa menyebabkan ketidaknyamanan. Latihan ROM dilakukan secara aktif, pasif atau aktif dengan bantuan	
Indikasi	Klien mengalami intoleransi aktivitas	
Tujuan	1. Mencegah atropi otot dan kontraktur sendi 2. Meningkatkan toleransi aktivitas pada klien	
Persiapan alat	-	
Persiapan pasien	1. Lakukan tindakan dengan 5S (senyum, salm, sapa, sopan, santun) 2. Lakukan pengenalan diri dan identifikasi pasien 3. Jelaskan tujuan yang akan dilakukan 4. Jelaskan prosedur pelaksanaan 5. Buat informed consent	
Persiapan lingkungan	1. Jaga privasi pasien dengan memasang sketsel/sampiran 2. Ciptakan lingkungan yang aman dan nyaman	
Pelaksanaan	1. Jelaskan prosedur dan waktu : tiap gerakan diulangi maksimal 5 kali atau tiap ekstremitas 5-7 menit (sesuai kondisi klien) dan latihan dilakukan 1 kali sehari 2. Lindungi privasi klien, perlihatkan hanya ekstremitas yang dilatih 3. Atur ketinggian tempat tidur senyaman mungkin 4. Rendahkan pelindung tempat tidur sisi kita bekerja 5. Mulai latihan ROM dari kepala hingga seluruh bagian tubuh 6. Lakukan gerakan perlahan-lahan maksimal 5 kali, sokong penuh gerakan dengan perlahan tapi jangan berbalik menjadi nyeri, lelah atau tertahan 7. Kepala : bila memungkinkan posisikan duduk dengan gerakan : • Rotasi : Palingkan kepala ke kanan dan ke kiri • Fleksi dan ekstensi : Gerakkan kepala menyentuh dada kemudian kepala sedikit didengarkan • Fleksi lateral : Gerakkan kepala ke samping kanan dan kiri hingga telinga dan bahu hampir bersentuhan	

	8. Leher : posisi duduk • Rotasi : Putar leher setengah lingkaran, kemudian berhenti dan lakukan pada arah yang berlawanan 9. Tubuh : posisi duduk • Fleksi dan ekstensi : Tundukkan tubuh ke depan, luruskan tubuh dan sedikit rentangkan ke belakang • Fleksi lateral : Rebahkan tubuh ke samping kiri, luruskan, lalu rebahkan ke samping kanan 10. Fleksi dan ekstensi pergelangan tangan • Atur posisi lengan pasien menjauhi sisi tubuh dengan siku menekuk dengan lengan • Pegang tangan pasien dengan satu tangan dan tangan lain memegang pergelangan tangan klien • Tekuk tangan pasien ke depansejauh yang memungkinkan 11. Fleksi dan ekstensi siku • Atur lengan pasien menjauhi sisi tubuh klien dengan telapak tangan mengarah ke tubuh klien • Letakkan tangan di atas siku klien dan pegang tangan klien dengan tangan lain • Tekuk siku klien sehingga klien mendekat ke bahu • Kembalikan ke posisi semula 12. Pronasi dan supinasi lengan bawah • Atur lengan bawah menjauhi tubuh pasien dengan siku menekuk • Letakkan satu tangan pada pergelangan tangan dan pegang pergelangan pasien dengan tangan lain • Tekuk siku klien sehingga tangan klien mendekat ke bahu • Kembalikan ke posisi semula 13. Pronasi dan supinasi lengan bawah • Atur posisi lengan bawah menjauhi tubuh pasien dengan siku menekuk • Letakkan satu tangan pada pergelangan tangan dan pegang tangan lain dengan tangan satunya • Putar lengan bawah klien sehingga telapak klien menjauhi klien • Kembalikan ke posisi awal • Putar lengan bawah klien sehingga telapak tangan klien berhadap tangan klien • Kembali keposisi semula 14. Fleksi bahu • Atur posisi tangan klien di sisi tubuhnya • Letakkan satu tangan di atas siku klien dan pegang tangan klien dengan tangan lainnya
--	--

	• Angkat lengan klien pada posisi awal • Abduksi dan adduksi bahu • Atur posisi lengan klien di samping badannya • Letakkan satu tangan di atas siku dan pegang tangan klien dengan tangan yang lainnya • Gerakkan tangan klien menjauhi dari tubuhnya ke arah perawat • Kembalikan ke posisi awal
	15. Rotasi bahu • Atur posisi lengan klien menjauhi dari tubuh dengan siku menekuk • Letakkan satu tangan atas klien dekat siku dan pegang tangan klien dengan tangan lainnya • Gerakkan lengan bawah sampai menyentuh tempat tidur, telapak tangan menghadap ke atas • Kembalikan ke posisi semula
	16. Fleksi dan ekstensi jari-jari • Pegang jari-jari klien dengan satu tangan sementara tangan lain memegang kaki erat-erat • Bengkokkan jari-jari kaki ke bawah • Luruskan jari-jari kemudian dorong ke belakang • Kembalikan ke posisi awal
	17. Inversi dan eversi kaki • Pegang seluruh bagian atas kaki klien satu jari dan pegang pegang pergelangan kaki dengan tangan lainnya • Putar kaki ke dalam sehingga telapak kaki menghadap ke kaki yang lain • Kembalikan ke posisi semula • Putar kaki ke luar sehingga bagian telapak kaki menjauhi kaki lainnya • Kembalikan ke posisi semula
	18. Fleksi dan ekstensi pergelangan kaki • Letakkan satu tangan pada telapak kaki klien dan satu tangan lainnya di atas pergelangan kaki, jaga kaki lurus dan rileks • Tekuk pergelangan kaki, arahkan jari kaki ke arah dada klien • Kembalikan ke posisi semula • Tekuk pergelangan kaki menjauhi dada klien
	19. Fleksi dan ekstensi lutut • Letakkan satu tangan di bawah lutut klien dan pegang tumit klien dengan tangan klien • Angkat kaki, tekuk lutut dan pangkal paha

	• Lanjutkan menekuk lutut ke arah dada sejauh mungkin • Kebawahkan kaki dan luruskan lutut dengan mengangkat kaki ke atas • Kembali ke posisi semula 20. Rotasi pangkal paha - Letakkan satu tangan pada pergelangan kaki dan satu tangan yang lain di atas lutut - Putar kaki menjauhi dada - Putar kaki mengarah ke perawat - Kembalikan ke posisi semula 21. Abduksi dan adduksi pangkal paha - Letakkan satu tangan di bawah lutut klien dan satu tangan lainnya pada tumit - Jaga posisi kaki klien tetap lurus, angkat kaki 8 cm dari tempat tidur gerakkan kaki menjauhi badan klien - Gerakkan kaki mendekati badan klien - Kembalikan ke posisi awal 22. Observasi sendi-sendi klien dan wajah untuk tanda-tanda kepayahan, nyeri selama gerakan 23. Kembalikan pasien pada posisi yang nyaman dan selimuti 24. Kembalikan pelindung tempat tidur 25. Mencuci tangan 21. Dokumentasi respon dan toleransi klien
Evaluasi	1. Respon klien selama latihan ROM (kesakitan, kelelahan) 2. Keterlibatan klien dalam latihan ROM secara mandiri 3. Observasi rentang gerak sendi dan bandingkan dengan rentang gerak sendi normal

DAFTAR RIWAYAT HIDUP (CURRICULUM VITAE)



Nama : Muhammad Dzaky Afif
TTL : Kalimantan , 30 januari 2003
Alamat : Jl. Curug Luhur Indah, Kec. Tenjolaya
RT/RW.01/02, Kab. Bogor
Nama Ayah : Mulyadi
Nama Ibu : Lilik Mardiana
No. Telp (HP) : 088905261227
Email : Muhammaddzakyafif@gmail.com

RIWAYAT PENDIDIKAN

- | | |
|---------------------------------------|-------------|
| 1. TK | 2007 – 2009 |
| 2. SD IT Ibnu Taimiyah | 2010 – 2016 |
| 3. Pesantren Ibnu Taimiyah Bogor | 2016 – 2019 |
| 4. SMAN 1 Tenjolaya | 2019 – 2022 |
| 5. Sedang menyelesaikan Program Studi | 2022 - 2025 |

DIII Keperawatan (Kampus Kab. Ponorogo)

Di Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang