



## LAMPIRAN

### Lampiran 1 SOP Latihan ROM aktif Spherical Grip

	<b>POLTEKKES KEMENKES MALANG</b>	
	<b>STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR</b>	
	<b>LATIHAN ROM AKTIF SPHERICAL GRIP</b>	
Unit: laboratorium keperawatan		Petugas/pelaksana : perawat, dosen, CI, Mhs
PENGERTIAN	Terapi <i>Range of Motion</i> (ROM) Aktif dengan Spherical Grip pada pasien pasca operasi fraktur distal radius dan ulna bertujuan untuk meningkatkan mobilitas sendi, mempercepat pemulihan kekuatan genggaman, serta mencegah kekakuan dan atrofi otot.	
TUJUAN	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Meningkatkan rentang gerak sendi pergelangan tangan dan jari.</li> <li>• Mengurangi kekakuan akibat imobilisasi pasca operasi.</li> <li>• Mempercepat pemulihan kekuatan otot genggaman tangan.</li> <li>• Meningkatkan koordinasi dan fungsi tangan dalam aktivitas sehari-hari.</li> </ul>	
KEBIJAKAN	Terapi ini diterapkan pada pasien pasca operasi fraktur distal radius dan ulna, yang telah mendapatkan izin untuk melakukan latihan ROM aktif.	
PROSEDUR	<p><b>A. Persiapan</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Konfirmasi kondisi pasien: Pastikan kondisi pasien stabil dan tidak terasa nyeri</li> <li>2. Pastikan pasien dalam posisi nyaman:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Duduk di kursi dengan lengan di atas meja.</li> <li>○ Pergelangan tangan berada di tepi meja untuk memudahkan gerakan.</li> </ul> </li> <li>3. Lakukan pengukuran awal:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Gunakan goniometer untuk mengukur ROM sebelum terapi.</li> <li>○ Catat hasil awal sebagai perbandingan nanti.</li> </ul> </li> </ol> <p><b>B. Pelaksanaan</b></p> <p><b>1. Fleksi dan Ekstensi Pergelangan Tangan</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Posisi:</b> Pasien memegang bola terapi di tangan.</li> <li>• <b>Gerakan:</b></li> </ul>	

	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Minta pasien menekuk pergelangan tangan ke bawah (fleksi).</li> <li>2. Lalu, angkat ke atas (ekstensi).</li> <li>3. Ulangi <b>7 kali</b>, istirahat jika lelah.</li> </ol> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tujuan:</b> Meningkatkan ROM fleksi dan ekstensi.</li> </ul> <p><b>2. Deviasi Radial dan Ulnar</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Posisi:</b> Tangan tetap memegang bola, telapak menghadap ke bawah.</li> <li>• <b>Gerakan:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Gerakkan tangan ke arah ibu jari (deviasi radial).</li> <li>2. Lalu, ke arah kelingking (deviasi ulnar).</li> <li>3. Ulangi <b>7 kali</b>.</li> </ol> </li> <li>• <b>Tujuan:</b> Meningkatkan kelenturan pergelangan tangan.</li> </ul> <p><b>4. Latihan Genggaman Bola (Spherical Grip Exercise)</b></p>  <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Posisi:</b> Pasien memegang bola terapi dengan seluruh jari.</li> <li>• <b>Gerakan:</b> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Remas bola secara perlahan selama <b>5 detik</b>, lalu lepaskan.</li> <li>2. Ulangi <b>7 kali</b>.</li> </ol> </li> <li>• <b>Tujuan:</b> Meningkatkan kekuatan genggaman dan koordinasi tangan.</li> </ul>
Evaluasi	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lakukan pengukuran ulang</li> <li>• Dokumentasikan progres pasien untuk sesi berikutnya.</li> </ul>

## Lampiran 2 Lembar Penilaian Keberhasilan Terapi Spherical Grip

### Identitas Pasien

- Nama: Sdr. Y
- Umur: 18 tahun
- Jenis Kelamin: Perempuan
- Diagnosa Medis: Post Operasi Close Fraktur Radius Ulna
- Tanggal Mulai Terapi: 26 Februari 2025

Hari	Menggenggam Bola	Ekstensi Pergelangan (0-2)	Rotasi Pergelangan (0-2)	Kekuatan Otot (1-5)	keterangan
1	Dengan bantuan	Tidak ada	Tidak ada	1	Pasien tidak mampu menggenggam bola dengan baik. Perlu bantuan dan dukungan
2	Mandiri	Parsial	Tidak ada	2	Pasien mulai mampu menggenggam bola sendiri namun belum sesuai instruksi
3	Mandiri	Parsial	Tidak ada	2	Kemampuan menggenggam stabil, belum ada kemajuan signifikan pada rotasi.
4	Mandiri	Sempurna	Parsial	3	Mampu fleksi-ekstensi dan mulai melakukan rotasi meskipun terbatas.
5	Mandiri	Sempurna	Parsial	4	Mampu menggenggam bola sambil memutar pergelangan, belum tahan tahanan sedang