

**PERUBAHAN TINGKAT NYERI PADA
PASIEN POST OPERASI MASTEKTOMI SETELAH DIBERIKAN
INTERVENSI ROM (RANGE OF MOTION) AKTIF
DI RUMAH SAKIT IHC LAVALETTE MALANG**

Devi Ayu Oktavia

Ns.Sujud Priono S.Kep.,M.Kep

ABSTRAK

Kanker payudara paling umum pada wanita dan sering ditangani dengan mastektomi menimbulkan nyeri pascaoperasi akibat kerusakan otot seperti pectoralis mayor, otot subklavikula dan serratus anterior, yang menyebabkan keterbatasan gerak bahu serta menurunnya aliran darah ke area luka sehingga memperlambat proses penyembuhan dan menurunkan kualitas hidup pasien. Penelitian ini menggunakan studi kasus dengan intervensi latihan Shoulder Range of Motion (ROM) aktif, meliputi fleksi, ekstensi, abduksi, adduksi, dan rotasi, pada pasien post mastektomi. Latihan dilakukan mulai 6 jam pascaoperasi dan dilanjutkan dua kali sehari selama 5–10 menit. Intervensi latihan ROM aktif menunjukkan penurunan nyeri dari skala 6 menjadi 3 serta peningkatan kemampuan gerak dan kenyamanan pasien. Latihan ROM aktif meningkatkan aliran darah ke area luka, sehingga oksigen dan nutrisi tersalurkan lebih optimal. Hal ini mempercepat pengeluaran zat inflamasi seperti histamin, bradikinin, dan prostaglandin, yang berperan menurunkan inflamasi dan nyeri. Pengurangan inflamasi tersebut juga mengurangi kekakuan otot, mempercepat penyembuhan jaringan, serta meningkatkan fungsi dan hasil akhir adalah penurunan nyeri pasien pasca mastektomi.

Kata Kunci : Ca mammae post mastektomi, Nyeri Akut, Range of Motion