

Abstrak

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**  
**PROGRAM STUDI PROFESI NERS**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Karya Ilmiah Akhir, 2023  
Rumaisyah Milhan Alhaji Salsabila, S.Kep

Lanjut usia adalah bagian dari proses tumbuh kembang. Menjadi tua adalah suatu proses yang tidak dapat dihindari oleh kita semua. Seseorang yang sudah lanjut usia akan membawa perubahan yang menyeluruh pada fisiknya yang berkaitan dengan menurunnya kemampuan jaringan tubuh terutama pada fungsi fisiologis dalam sistem muskuloskeletal dan sistem neurologis. Lansia mengalami penurunan pada sistem muskuloskeletal salah satu diantaranya adalah penurunan kekuatan otot yang disebabkan oleh penurunan masa otot (atrofi otot). Untuk mencegah perubahan lebih lanjut, dapat diberikan latihan untuk mempertahankan mobilitas. Salah satu upaya yang dapat dilakukan yakni melakukan latihan ROM (*Range of Motion*) yaitu untuk mempertahankan atau memelihara kekuatan otot, memelihara mobilitas persendian, merangsang sirkulasi darah, mencegah kelainan bentuk. Tujuan dari penulisan Karya Ilmiah Akhir ini untuk mendokumentasikan hasil dari analisa asuhan keperawatan pada tiga klien dengan sindrom geriatri gangguan mobilitas fisik di Desa Kemuningsari Kidul Kecamatan Jenggawah Kabupaten Jember selama periode 12 Juni – 12 Juli 2023. Metode pengumpulan data menggunakan observasi, wawancara dan pemeriksaan fisik. Kesimpulan dari penulisan KIA ini menunjukkan bahwa latihan ROM (*Range of Motion*) efektif untuk meningkatkan kekuatan otot pada ekstermitas terutama pada lansia yang mengalami kekakuan sendi.

Kata Kunci : *Range of Motion*, gangguan mobilitas fisik, lansia.

Abstract

**MUHAMMADIYAH UNIVERSITY JEMBER  
PROFESSIONAL STUDY PROGRAM NERS  
FACULTY OF HEALTH SCIENCES**

Karya Ilmiah Akhir, 2023  
Rumaisya Milhan Alhadjj Salsabila, S.Kep

*Old age is part of the process of growth and development. Getting old is a process that we all can't avoid. An elderly person will bring about a complete change in his physique related to a decrease in the ability of the body's tissues, especially in physiological functions in the musculoskeletal system and the neurological system. The elderly experience a decrease in the musculoskeletal system, one of which is a decrease in muscle strength caused by a decrease in muscle mass (muscle atrophy). To prevent further changes, exercises can be given to maintain mobility. One effort that can be done is to do ROM (Range of Motion) exercises, namely to maintain or maintain muscle strength, maintain joint mobility, stimulate blood circulation, prevent deformities. The purpose of writing Akir's Scientific Work is to document the results of an analysis of nursing care for three clients with geriatric syndrome with impaired physical mobility in Kemuningsari Kidul Village, Jenggawah District, Jember Regency during the period 12 June - 12 July 2023. The data collection method used observation, interviews and physical examination. The conclusion from writing this MCH shows that ROM (Range of Motion) exercises are effective for increasing muscle strength in the extremities, especially in the elderly who experience joint stiffness.*

*Keywords: Range of Motion, impaired physical mobility, elderly.*