

JURNAL SKRIPSI

**PENGARUH LATIHAN RENTANG GERAK *RANGE OF MOTION* (ROM)
TERHADAP PERUBAHAN SKOR NYERI PADA PASIEN
POST OP ORIF DI RUANG DAYSI RS BHAYANGKARA
PUSDIK BRIMOB WATUKOSEK**



**YODITYA HERDIS SUSANTO
NIM. 2224201009**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MAJAPAHIT
MOJOKERTO
2024**

PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit Mojokerto :

Nama : Yoditya Herdis Susanto

NIM : 2224201009

Program Studi : S1 Ilmu Keperawatan

~~Setuju/tidak setuju~~ naskah jurnal ilmiah yang disusun oleh yang bersangkutan setelah mendapat arahan dari Pembimbing, dipublikasikan ~~dengan/tanpa~~ mencantumkan nama tim pembimbing sebagai *co-author*.

Demikian harap maklum

Mojokerto,

Yoditya Herdis Susanto

NIM : 2224201009

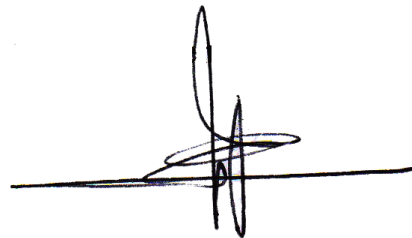
Mengetahui,

Pembimbing I



Ikke Prafita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 220 250 134

Pembimbing II



Mujiadi S.Kep.Ns., M KKK.
NIK. 220 250 150

HALAMAN PENGESAHAN

JURNAL SKRIPSI

**PENGARUH LATIHAN RENTANG GERAK *RANGE OF MOTION*
(ROM) TERHADAP PERUBAHAN SKOR NYERI PADA PASIEN
POST OP ORIF DI RUANG DAYSI RS BHAYANGKARA
PUSDIK BRIMOB WATUKOSEK**



**YODITYA HERDIS SUSANTO
NIM. 2224201009**

Pembimbing I

Ikke Prafitasari, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 220 250 134

Pembimbing II

Mujiadi S.Kep.Ns., M.KKK.
NIK. 220 250 150

**PENGARUH LATIHAN RENTANG GERAK *RANGE OF MOTION*
(ROM) TERHADAP PERUBAHAN SKOR NYERI PADA PASIEN
POST OP ORIF DI RUANG DAYSI RS BHAYANGKARA
PUSDIK BRIMOB WATUKOSEK**

Yoditya Herdis Susanto
Program Studi S1 Ilmu Keperawatan
Yodityaa@gmail.com

Ikke Prafita Sari, S.Kep., Ns., M.Kep
Dosen STIKes Majapahit Mojokerto
ikkeshary@gmail.com

Mujiadi S.Kep.Ns., M KKK
Dosen STIKes Majapahit Mojokerto
mujiadi.k3@gmail.com

Abstrak – Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Perubahan Skor Nyeri Pada Pasien *Post Op Orif* Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek. Jenis penelitian ini menggunakan *quasy experiment* dengan rancangan *pre-test* dan *post-test*. Sampel sejumlah 31 pasien *post-op* ORIF ekstremitas bawah yang sesuai dengan kriteria inklusi dan teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Pada pengukuran skor nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan uji data yang digunakan Uji *Wilcoxon*. Hasil didapatkan Skor nyeri pasien sebelum diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) sebagian besar memiliki skor nyeri dengan kriteria berat. Sesudah diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) hampir seluruhnya memiliki skor nyeri dengan kriteria sedang. Hasil Uji *Wilcoxon* menunjukkan p value $0,002 \leq \alpha (0,05)$ yang berarti Ada Pengaruh Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Perubahan Skor Nyeri Pada Pasien *Post Op Orif* Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek. Latihan rentang gerak dapat diberikan sebagai tindakan medis non farmakologi yang dapat dilakukan oleh pasien *post-op* ORIF ekstremitas bawah secara mandiri maupun dengan bantuan oleh orang lain yang berguna untuk mengurangi nyeri yang dirasakan dan sebagai salah satu cara dalam mempercepat penyembuhan luka dan mencegah adanya komplikasi yang dapat terjadi pada pasien *post-op* fraktur.

Kata Kunci : Latihan rentang gerak, Nyeri, Fraktur

Abstract – This study aims to determine the effect of *Range Of Motion* (ROM) exercise on changes in pain scores in *post op orif* patients in the

daysi room of Bhayangkara Hospital, Pusdik Brimob Watukosek. This type of research uses quasy experiment with pre test and post test designs. A sample of 31 lower extremity post op ORIF patients who fit the inclusion criteria and the sampling technique used was simple random sampling. In measuring pain scores using the Numeric Rating Scale (NRS) and test data used Wilcoxon Test. The results of this study were that the patient's pain scores before being given Range of Motion (ROM) exercises mostly had pain scores with severe criteria. After being given Range of Motion (ROM) exercises, almost all of them had pain scores with moderate criteria. The results of the Wilcoxon test showed a p value of $0.002 \leq \alpha (0.05)$, which means that there is an influence of range of motion (ROM) training on changes in pain scores in post-op patients in the daysi room at the Bhayangkara Hospital, Pusdik Brimob Watukosek. Range of motion exercises can be given as a non-pharmacological medical action that can be carried out by post-op ORIF lower extremity patients independently or with the help of other people which is useful for reducing the pain they feel and as a way to speed up wound healing and prevent complications. can occur in post-op fracture patients.

Keyword: Exercise range of motion, pain, fracture

PENDAHULUAN

Ketidaknyamanan akibat nyeri harus diatasi, karena kenyamanan merupakan kebutuhan dasar manusia, sebagaimana dalam hirarki maslow. Seseorang yang mengalami nyeri akan berdampak pada aktivitas sehari-hari dan istirahat serta tidurnya (Vitri, 2022). Nyeri fraktur merupakan nyeri akut dan nyeri tersebut dapat menimbulkan perubahan tonus otot, respon autonom seperti diaphoresis, perubahan tekanan darah dan nadi, dilatasi pupil, penurunan atau peningkatan frekuensi nafas. Pengelolaan nyeri fraktur bukan saja merupakan upaya mengurangi penderitaan klien, tetapi juga meningkatkan kualitas hidupnya. Rasa nyeri bisa timbul hampir pada setiap area fraktur. Bila tidak diatasi dapat menimbulkan efek yang membahayakan yang akan mengganggu proses penyembuhan dan dapat meningkatkan angka kematian, untuk itu perlu penanganan yang lebih efektif untuk meminimalkan nyeri yang dialami oleh pasien (Vitri, 2022).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek khususnya di ruang Daysi data angka kejadian fraktur ekstremitas tercatat dalam 1 bulan terakhir pada bulan Desember 2023 sebanyak 18 pasien mengalami fraktur ekstremitas atas dan bawah.

Berdasarkan hasil observasi awal didapatkan bahwa 6 pasien post op fraktur ekstremitas sudah dianjurkan untuk latihan gerak pada ekstremitas, sedangkan 4 diantaranya pasien post operasi orif masih malas dalam menjalani latihan rentang gerak yang sudah diajarkan perawat. Hasil observasi didapatkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pasien yang melakukan latihan rentang gerak dengan yang tidak melakukan latihan rentang gerak. Setelah dilakukan tindakan keperawatan didapatkan 6 pasien diantaranya mengalami perubahan skor nyeri dari skala 8 menjadi skala 4.

Salah satu solusi intervensi non farmakologi yang dilakukan pada pasien post pembedahan *Open Reduction and Internal Fixation* (ORIF) tersebut adalah latihan rentang gerak *Range Of Motion* (ROM). Terapi latihan ini dapat memperlancar sirkulasi darah, menurunkan rasa nyeri, meningkatkan kekuatan otot dan mempercepat penyembuhan luka. Apabila tidak segera diatasi dengan baik maka pasien akan terus merasa takut untuk bergerak dan menyebabkan sirkulasi darah tidak lancar, ketika sirkulasi darah di sekitar fraktur tidak berjalan dengan baik maka dapat menghambat sel-sel untuk melakukan regenerasi atau penyembuhan luka, yang kemudian dapat menimbulkan kecacatan (Haryono & Putri, 2019).

Berdasarkan penjelasan di atas penulis tertarik melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Perubahan Skor Nyeri Pada Pasien *Post Op Orif* Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan *quasy experiment* dengan rancangan *pre-test* dan *post-test*. Sampel sejumlah 31 pasien *post-op* ORIF ekstremitas bawah yang sesuai dengan kriteria inklusi dan teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Pada pengukuran skor nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan uji data yang digunakan Uji *Wilcoxon*.

Prosedur perlakuan yang dilakukan dalam penelitian ini meliputi beberapa sesi : Sesi pre test peneliti memilih responden yang sesuai dengan kriteria inklusi

di rumah sakit saat shift pagi & siang dengan asisten peneliti sesuai jumlah sampel yang dibutuhkan untuk penelitian, sebelum dilakukan penelitian, peneliti memberikan penjelasan kepada responden tentang prosedur, tujuan dan manfaat dari penelitian, selanjutnya peneliti memberikan *informed consent* kepada calon responden untuk ditanda tangani. Peneliti mencatat data sekunder pasien yang sesuai dengan kriteria inklusi, data sekunder didapatkan dari buku rekam medis pasien yang terdapat pada ruang rawat inap, yakni data umum dan skor nyeri pada pasien post-op ORIF ekstremitas bawah. Dimana data pretest adalah skor nyeri pada hari ke satu post-op ORIF sebelum dilakukan latihan rentang gerak. Waktu yang dilakukan sebelum dilakukan perlakuan berlangsung selama 5-10 menit.

Sesi Intervensi diberikan langsung oleh peneliti, dimana dilakukan pada hari ke-2 post-op ORIF. Peneliti menganjurkan untuk latihan dilakukan 2x yakni pagi dan sore dalam satu hari pada responden di RS Bhayangkara Pusdik Watukosek. Pada pagi hari latihan rentang gerak diberikan oleh peneliti, gerakan tersebut juga diajarkan kepada keluarga pasien sehingga latihan rentang gerak dapat dilakukan tanpa petugas kesehatan. Pada sore hari latihan rentang gerak dilakukan oleh keluarga pasien dengan didampingi oleh peneliti. Proses pelaksanaan latihan rentang gerak berlangsung selama 10-15 menit pada masing-masing responden.

Sesi Post Test setelah latihan rentang gerak dilakukan oleh pasien selama 10-15 menit, selanjutnya responden diberi waktu selama 10 menit untuk beristirahat sebelum dilakukan observasi lanjutan mengenai skor nyeri responden. Peneliti mencatat data sekunder pasien yang sesuai dengan kriteria inklusi penelitian, yakni skor nyeri pada pasien post-op ORIF ekstremitas bawah. Dimana untuk data *posttest* adalah skor nyeri pada hari ke tiga post-op ORIF yang didapat dari buku rekam medis pasien yang terdapat pada ruang rawat inap

HASIL PENELITIAN

Berikutnya akan disajikan hasil dari pengelolaan data penelitian “Pengaruh Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Perubahan Skor Nyeri Pada Pasien *Post Op Orif* Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek”.

1. DATA UMUM

a. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden

No.	Distribusi Frekuensi	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Jenis Kelamin		
	Laki-Laki	31	100.0%
	Perempuan	0	0%
2.	Tempat Pemasangan ORIF		
	Tulang Femur	24	77.4%
	Tulang Pattela	2	6.5%
	Tulang Tibia Dan Fibula	5	16.1%
	Jumlah	31	100%

Berdasarkan tabel 1 karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek, seluruhnya berjenis kelamin laki-laki yakni 31 orang (100%). karakteristik responden berdasarkan Tempat Pemasangan ORIF di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek, sebagian besar terpasang di bagian tulang Femur yakni 24 orang (77.4%).

2. DATA KHUSUS

a. Skor nyeri pasien sebelum diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek

Tabel. 2 Skor Nyeri Pasien Sebelum Diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek

Skor Nyeri Pasien Sebelum Diberikan Latihan Rentang Gerak <i>Range Of Motion</i> (ROM)	Jumlah (n)	Prosentase (%)
Tidak Nyeri (1-3)	0	0%
Nyeri Sedang (4-6)	14	45.2%
Nyeri Berat(7-10)	17	54.8%
Total	31	100.0%

Hasil penelitian pada tabel 2 skor nyeri pasien sebelum diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek sebagian besar memiliki skor nyeri dengan kriteria berat yakni 17 orang (54.8%).

b. Skor nyeri pasien sesudah diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek

Tabel. 3 skor nyeri pasien sesudah diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek

Skor Nyeri Pasien Sesudah Diberikan Latihan Rentang Gerak <i>Range Of Motion</i> (ROM)	Jumlah (n)	Prosentase (%)
Tidak Nyeri (1-3)	6	19.4%
Nyeri Sedang (3-6)	25	80.6%
Nyeri Berat (7-10)	0	0%
Total	31	100.0%

Hasil penelitian pada tabel 3 skor nyeri pasien sesudah diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek hampir seluruhnya memiliki skor nyeri dengan kriteria sedang yakni 25 siswa (80.6%).

c. **Pengaruh Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Perubahan Skor Nyeri Pada Pasien *Post Op Orif* Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek**

Tabel. 4 Pengaruh Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Perubahan Skor Nyeri Pada Pasien *Post Op Orif* Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek

Skor Nyeri Sebelum	Skor Nyeri Sesudah			ρ value
	Tidak Nyeri (1-3)	Nyeri Sedang (3-6)	Total	
Nyeri Sedang (4-6)	6 19.4%	8 25.8%	14 45.2%	0,002
Nyeri Berat (7-10)	0 .0%	17 54.8%	17 54.8%	
Total	6 19.4%	25 80.6%	31 100.0%	

Hasil penelitian pada tabel 4.5 diketahui bahwa Skor Nyeri responden sebelum diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) dalam kriteria nyeri sedang dan dalam kriteria tidak nyeri sesudah diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) berada pada frekuensi 6 responden (19,4%). Sedangkan Skor Nyeri responden sebelum diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) dalam kriteria nyeri berat dan dalam kriteria nyeri sedang sesudah diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) berada pada frekuensi 17 responden (54.8%). Hasil uji analisis *wilcoxon* diperoleh hasil ρ value 0,002, yang artinya ada Pengaruh Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Perubahan Skor Nyeri Pada Pasien *Post Op Orif* Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada tabel 2 skor nyeri pasien sebelum diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek sebagian besar memiliki skor nyeri dengan kriteria berat yakni 17 orang (54.8%). Nyeri berat yang dirasakan responden dikarenakan sebagian besar mengalami post kecelakaan lalu lintas dan hasil didapatkan nyeri berat terjadi pada responden di hari pertama post op. Hasil dari Penelitian di atas di dukung oleh teori menurut Sulistiyaningsih (2019), dimana masalah yang muncul pada saat post-op ORIF salah satunya adalah nyeri, dimana keluhan yang paling sering disampaikan oleh pasien post-op ORIF seperti terbakar, terusuk pada tujuh hari pertama, dan yang paling hebat adalah pada hari pertama. Menurut teori yang dinyatakan oleh Haryono & Putri (2019), pada fase penyembuhan tulang pasien fraktur, fase yang pertama adalah fase kerusakan atau hematoma dimana akan ada perdarahan disekitar fraktur yang akan menyebabkan munculnya respon nyeri pada pasien. Hasil penelitian yang didapatkan pada pasien post-op ORIF ekstremitas bawah di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek dan teori pendukung diatas, peneliti berasumsi bahwa sebelum dilakukan latihan rentang gerak nyeri yang di rasakan pasien akan cenderung menetap dikarenakan dimungkinkan pada sekitar fraktur masih berlangsungnya masa hematoma yang menimbulkan rasa nyeri yang termasuk pada nyeri berat.

Hasil penelitian pada tabel 3 skor nyeri pasien sesudah diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek hampir seluruhnya memiliki skor nyeri dengan kriteria sedang yakni 25 siswa (80.6%). Hal ini dikarenakan sebagian responden mengatakan dalam menginterpretasikan nyeri seseorang berbeda, cara mengurangi nyerinya selain dengan latihan rentang gerak (ROM) juga dengan melakukan tindakan-tindakan lain. Tindakan lain yang dilakukan responden diantaranya melakukan berdoa, Dzikir, pernapasan dalam atau relaksasi, memikirkan pikiran yang

menyenangkan, membaca, berbicara dengan orang lain atau distraksi, perubahan posisi tubuh, membelai atau mengusap bagian tubuh atau massage.

Hal ini sejalan dengan penelitian terdapat berbagai tindakan yang dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri yang diderita. Tindakan-tindakan tersebut mencakup tindakan non farmakologis seperti, berdoa, relaksasi, distraksi, dan massage, pada kasus nyeri sampai berat tindakan non farmakologis menjadi suatu pelengkap yang efektif untuk mengatasi nyeri (Prasetyo, 2019). Hasil Penelitian diatas juga di dukung oleh teori menurut Astianti, F.Y (2017) sensasi nyeri yang dirasakan oleh seseorang berbeda – beda dimana dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya usia dan jenis kelamin.

Hasil penelitian ini didapatkan bahwa sesudah dilakukan latihan rentang gerak pasien mengalami kecenderungan penurunan skor nyeri dikarenakan terdapat manipulasi mekasisme nyeri yang dapat menimbulkan efek relaksasi pada otot yang akan memberikan rasa nyaman sehingga rasa sakit yang dirasakan oleh pasien akan berkurang. Selain itu, dukungan dari keluarga yang ikut membantu melatih responden dalam latihan rentang gerak (ROM) juga sebagai salah satu faktor responden mengalami penurunan skor nyeri. Orang yang memiliki individu pendukung disekitarnya merasakan nyeri sedikit berkurang (Vitri, 2022). Salah satu manajemen nyeri nonfarmakologik yang efektif untuk menurunkan intensitas nyeri adalah dengan mengalihkan perhatian individu terhadap hal yang lain. Interaksi dengan keluarga terdekat dapat mengalihkan perhatian pasien dari nyeri yang dihadapinya sehingga dapat mengurangi kecemasan dan depresi.

Hasil penelitian pada tabel 4 diketahui bahwa Skor Nyeri responden sebelum diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) dalam kriteria nyeri sedang dan dalam kriteria tidak nyeri sesudah diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) berada pada frekuensi 6 responden (19,4%). Hal ini didapatkan dari responden yang sebagian mengatakan bahwa berkurangnya nyeri yang dirasakan akibat dari

pergerakan. Penerapan *Range Of Motion* aktif yang dilakukan saat hari pertama pada responden mengalami peningkatan perkembangan terhadap kekuatan otot dan sendi pada saat hari ketiga perlakuan. Hasil Penelitian diatas didukung oleh teori menurut Sasongko, H., dkk (2019), menyatakan bahwa latihan rentang gerak dapat memanipulasi mekanisme nyeri pada proses modulasi nyeri, latihan rentang gerak bisa mengarah pada persepsi positif, dimana persepsi positif tersebut akan diteruskan ke hipotalamus untuk menghasilkan *Corticotropin Releasing Factor* (CRF) yang selanjutnya akan menstimulasi kelenjar pituitari (*Hipofise*) untuk mengeluarkan endorfin sebagai neurotransmitter yang mempengaruhi suasana hati untuk rileks, dimana efek relaksasi tersebut dapat mengurangi rasa nyeri.

Hasil penelitian juga didapatkan skor nyeri responden sebelum diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) dalam kriteria nyeri berat dan dalam kriteria nyeri sedang sesudah diberikan Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) berada pada frekuensi 17 responden (54.8%). Hal ini dikarenakan berdasarkan jawaban responden bahwa nyeri yang dirasakan timbul akibat pengaruh analgesik yang sudah hilang. Penelitian yang dilakukan oleh Baiturahman, dkk (2019) yang berjudul “Pengaruh Exercise Range Of Motion (ROM) pada Pasien Post Operasi Fraktur Ekstremitas Terhadap Intensitas Nyeri Di RSUD Dr. Soedarso Pontianak” juga menunjukkan nilai p value 0,000 dimana lebih kecil dari α (0,05), yang menjelaskan bahwa memiliki perbedaan yang signifikan. Hasil Penelitian dan teori pendukung diatas, peneliti berasumsi bahwa latihan rentang gerak dapat diberikan sebagai tindakan medis non farmakologi yang dapat dilakukan oleh pasien post-op ORIF ekstremitas bawah secara mandiri maupun dengan bantuan oleh orang lain yang berguna untuk mengurangi nyeri yang dirasakan dan sebagai salah satu cara dalam mempercepat penyembuhan luka dan mencegah adanya komplikasi yang dapat terjadi pada pasien post-op fraktur. Diharapkan pasien tidak merasa takut dalam melakukan latihan, agar tidak

menyebabkan keterbatasan dalam bergerak yakni seperti kekakuan pada sendi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan pada penelitian ini terdapat Pengaruh Latihan Rentang Gerak *Range Of Motion* (ROM) Terhadap Perubahan Skor Nyeri Pada Pasien *Post Op Orif* Di Ruang Daysi RS Bhayangkara Pusdik Brimob Watukosek (p value = 0.002).

Saran untuk peneliti selanjutnya dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai data awal untuk mengembangkan penelitian yang lebih lanjut, misal dilakukan penambahan kelompok kontrol sebagai pembanding kelompok yang diberikan latihan rentang gerak dalam mengurangi rasa nyeri pada pasien post-op ORIF ekstremitas bawah, melakukan pengukuran *post test* disetiap selesai melakukan eksperimen/perlakuan. Saran untuk Rumah Sakit pada penatalaksanaan pasien post-op ORIF ekstremitas bawah yang diberikan oleh tenaga kesehatan diharapkan dapat diberikan informasi berupa gambar yang dapat membantu keluarga untuk mengingat dalam penerapan latihan rentang gerak secara benar tanpa merasa takut.

DAFTAR PUSTAKA

- Vitri Rokhima , Youlanda Sari. 2022. Hubungan Intensitas Nyeri dengan Strategi Manajemen Nyeri pada Pasien Fraktur Post Operasi Orif di RSU Setia Budi. *Journal of Vocational Health Science* Vol.1 No.1 2022.
- Haryono, R, dan Putri S. M. M. 2019. *Keperawatan Medikal Bedah II*. Yogyakarta; Pustaka Baru Press.
- Sulistyaningsih. 2019. Gambaran kualitas hidup pada pasien pasca open reduction internal fixation (orif) ekstermitas bawah di poli ortopedi rs ortopedi prof. dr. r. soeharso Surakarta.

- Prasetyo, S. N. 2019. Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Astianti, F.Y. 2017. Pengaruh ROM Terhadap Perubahan Nyeri Pada Pasien Post Op Ekstremitas Atas. Repository STIKES ICME.
- Sasongko, H., dkk. 2019. Efektifitas Kombinasi Range Of Motion Dan Latihan Nafas Dalam Terhadap Nyeri Pada Pasien Post Operasi Orthopedi, 4, (1). Jurnal Kesehatan Indonesia.
- Baiturrahman, dkk. 2019. Pengaruh Exercise Range Of Motion (Rom) Pada Pasien Post Operasi Fraktur Ekstremitas Terhadap Intensitas Nyeri Di Rsud Dr. Soedarso Pontianak, 1, 1. Jurnal Keperawatan Dan Ilmu Kesehatan Tanjungpura.