

**PENGARUH LATIHAN *RANGE OF MOTION* PERGELANGAN DAN
JARI KAKI TERHADAP *SHIVERING* PASIEN *POST OPERASI*
SPINAL ANESTESI
(Di Ruang *Recovery Room* RS Lavalette Malang)**

Maudina Linda Fahira
Tri Cahyo S, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.MB
Taufan Arif, S.Kep.,Ns.,M.Kep

ABSTRAK

Shivering merupakan salah satu efek samping yang perlu diperhatikan pada pasien *post operasi* spinal anestesi, karena menyebabkan hipotermia yang akibatnya dapat terjadi peningkatan konsumsi oksigen. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *Range of motion* pergelangan dan jari kaki terhadap *shivering* pasien *post operasi* spinal anestesi. Jenis penelitian ini merupakan *quasy eksperiment dengan* desain *pre-test post-test control group* serta teknik *purposive sampling* dan jumlah sampel 36 responden yang terdiri dalam kelompok perlakuan dan kontrol. Kriteria inklusi pada penelitian ini yaitu pasien *post operasi* dengan spinal anestesi yang mengalami *shivering* derajat 2 – 4, dengan variabel *independent* yaitu *range of motion* pergelangan dan jari kaki sedangkan variabel *dependent* yaitu *shivering*. Latihan *Range of motion* pergelangan dan jari kaki dilakukan selama 30 menit, diobservasi di 15 menit pertama dan kedua. Pengumpulan data menggunakan SOP dan lembar observasi derajat *shivering* menurut skala Crossley dan Mahajan. Hasil data berpengaruh menggunakan uji *Man whitney* pada derajat *shivering pre test-post test* didapatkan *p-value* 0,000 (<0,05). Latihan *range of motion* yang dilakukan selama 30 menit dapat berpengaruh terhadap penurunan derajat *shivering*. Latihan *range of motion* pergelangan dan jari kaki berpengaruh karena adanya kontraksi otot mengakibatkan metabolisme tubuh meningkat sehingga produksi panas dalam tubuh ikut meningkat.

Kata Kunci : *Range of motion, shivering, post operasi, spinal anestesi*