

## **PENGARUH TERAPI INFRA RED TERHADAP KEMAMPUAN MOBILITAS FISIK LANSIA**

*Irawan Danismaya\**

### **ABSTRAK**

*Terapi Infra Red bagi lansia dalam keperawatan dapat dikategorikan sebagai salah satu bentuk baru terapi komplementer dengan menggunakan radiasi elektromagnetik yang memiliki panjang gelombang diantara 0,7 dan 300 mikrometer. Meningkatnya kelompok lansia membentuk cara pandang yang berbeda dalam memberikan asuhan keperawatan ketika implikasi dari bertambahnya usia ternyata berdampak terhadap timbulnya masalah kesehatan lansia seperti menurunnya kemampuan mobilisasi fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi Infra Red terhadap kemampuan mobilitas fisik pada lansia di Kota Sukabumi. Jenis penelitian yang digunakan untuk penelitian ini adalah *experiment research* yaitu *pre-test* dan *post-test* grup. 36 lansia sebagai pengunjung baru di klinik Infra Red dijadikan responden yang akan diberikan terapi selama 12 kali dalam 12 hari berturut-turut. Variabel tingkat mobilitas fisik lansia diukur dalam 3 aspek yaitu luas gerak sendi / *Range of Motion (ROM)*, kekuatan otot, dan keseimbangan gerakan. Hasil pengukuran mendapatkan mean skor kemampuan mobilitas fisik pada Lansia sebelum terapi adalah 60,4% yang termasuk dalam kategori *immobilitas fisik berat*. Sedangkan mean skor sesudah terapi yaitu 83,6% yang termasuk kategori *immobilitas fisik sedang*. Diperoleh besar selisih kemampuan mobilitas fisik 23,2 % dengan nilai *p* 0,000 dalam tingkat kepercayaan 95% sehingga diperoleh kesimpulan bahwa ada pengaruh terapi Infra Red terhadap kemampuan mobilitas fisik lansia. Merujuk hasil penelitian ini, manager keperawatan dapat mempertimbangkan terapi Infra Red menjadi salah satu jenis *Standar Operasional Prosedur (SOP)* bagi lansia yang mengalami penurunan kemampuan gerak.*

*Kata Kunci : Terapi Infra Red, Terapi komplementer, Lansia, Mobilitas fisik*

### **ABSTRACT**

*Infra red therapy for the elderlies in nursery can be categorized as one of new forms of complementary therapy that uses the medium of electromagnetic radiation at wavelength between 0,7 and 300 micrometer. The increasing numbers of elderly form a new perspective in the application of nursing care plan when the implication of the aging process undeniably affects the emergence of elderly health problems such as the decreasingrate of physical mobility. The purpose of this research is to reveal the effects of infra red therapy to physical mobility of elderlies in Sukabumi. The method used in this research is an *experiment research*, applying *pre-test* and *post-test* group research methods. 36 new elderly visitors in an infra red clinic are made respondents, all of whom are given 12 times therapy in 12 subsequent days. The elderlies physical mobility were measured in three variables, i.e. *Range of Motion (ROM)*, muscular strength, and motion balance. The test results indicates mean score of elderlies physical mobility prior to the therapy at 60,4%, categorized in heavy physical immobility, while the mean score post of therapy application at 83,6%, categorized in medium physical immobility. A 23,2% physical mobility capability differential rate, obtained by subtracting the medium with the heavy category,*

*with p 0,000 value indicates 95% rate of trust supports the conclusion that Infra red therapy affects elderlies' physical mobility. By referring to this research, the nursery manager may consider infra red therapy as one of SOP for elderlies with physical mobility degradation.*

*Keywords: Infra Red Therapy, Complementary therapy, Elderly, Physical mobility*