

INTIASARI

UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
D III FISIOTERAPI
Ega Latifah
KARYA TULIS ILMIAH

NIM : 109120014

APLIKASI *INFRA RED RADIATING* DAN *CONTRACT RELAX AGONIST STRETCHING* PADA PASIEN RIWAYAT *FRAKTUR OLECRANON SINISTRA*

Latar Belakang dan Tujuan Penulisan: *Fraktur olecranon* merupakan terputusnya kontinuitas jaringan tulang antara tulang ulna bagian atas yang disebabkan karena adanya trauma, benturan serta tekanan yang berlebihan. Tujuan dari penulisan karya tulis ilmiah ini untuk mengetahui pelaksanaan Fisioterapi dalam mengurangi nyeri, meningkatkan lingkup gerak sendi pada kasus riwayat *fraktur olecranon sinistra* dengan modalitas *Infra Red (IR)* dan *Contract Relax Agonist Stretching*.

Metode Penanganan Kasus : Laporan karya tulis ilmiah ini bersifat studi kasus, mengangkat kasus pasien dan mengumpulkan data melalui proses fisioterapi. Modalitas yang diberikan adalah *Infra Red*, yang berguna untuk melancarkan sirkulasi darah, relaksasi otot, mengurangi spasme, mengurangi nyeri dan *Contract Relax Agonist Stretching* yang berguna untuk peningkatan lingkup gerak sendi dan penurunan nyeri akibat pemendekan otot.

Pembahasan : Setelah dilakukan tindakan fisioterapi sebanyak 4 kali di dapatkan hasil adanya penurunan nyeri dan peningkatan lingkup gerak sendi pada siku yang mengalami cedera.

Kesimpulan dan Saran : *Infra Red (IR)* dapat mengurangi nyeri dan relaksasi otot dan *contract relax agonist stretching* meningkatkan lingkup gerak sendi pada riwayat *fraktur olecranon sinistra*

Kata kunci: *fraktur olecranon sinistra, Infra Red (IR), dan contract relax agonist stretching*

ABSTRAK

UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
D III FISIOTERAPI
EGA LATIFAH NIM : 109120014
SCIENTIFIC WRITING

APLIKASI *INFRA RED RADIATING* DAN *CONTRACT RELAX AGONIST STRETCHING* PADA PASIEN RIWAYAT *FRAKTUR OLECRANON SINISTRA*

Background and Purpose of Writing : *Olecranon fracture* is a break in the continuity of bone tissue between the upper ulna bones caused by trauma, impact and excessive pressure. The purpose of writing this scientific paper is to determine the implementation of physiotherapy in reducing pain, increasing the scope of joint motion in cases of history of *sinistra olecranon fracture* with *infra red (IR)* and *Contract Relax Agonist Stretching* modalities.

Case Methode : This scientific paper report is a case study, raising patient cases and collecting data trough the physiotherapy process. The modalities given are *infra red*, which is useful for improving blood circulation, muscle relaxation, reducing spasm, reducing pain and *Contract Relax Agonist Stretching* which is useful for increasing the scope of joint motion and decreasing pain due to muscle shortening.

Discussion : After taking physiotherapy action 4 times, the results obtained a decrease in pain and an increase in the scope of joint motion in the *elbow* that was injured.

Conclution dan Suggestion : *Infra Red (IR)* can reduce pain and muscle relaxation and *contract relax agonist stretching* increase the scope of joint motion in the history of *sinistra olecranon sinistra*

Keyword : *left olecranon fracture, infra red (IR), and contract relax agonist stretching*