

LAMPIRAN

Lampiran 1 Persetujuan Pasien

**SURAT PERSETUJUAN TINDAKKAN FISIOTERAPI
KESEDIAAN MENGIKUTI**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Alfran bohrudin
Umur : 40
Agama : Islam
Pekerjaan : Swasta
Alamat : Jl. Delima Tamboreja, Cilacap Selatan.

Setelah mendapatkan penjelasan dari peneliti tentang maksud dan tujuan penelitian, cara pelaksanaan dan manfaatnya bagi pemeliharaan kesehatan serta bagi kemajuan pelayanan kesehatan dengan ini menyatakan :

1. Memahami sepenuhnya maksud, tujuan dan cara pelaksanaan penelitian
2. Bersedia untuk mengikuti dan menjalankan petunjuk penelitian yang diberikan secara sungguh-sungguh dan bertanggung jawab
3. Bersedia mengikuti program penelitian sesuai waktu dan jadwal yang ditentukan
4. Bersedia untuk sewaktu-waktu dihubungi oleh peneliti guna menyempurnakan penelitiannya
5. Bersedia mengikuti kegiatan penelitian dengan judul
"Aplikasi Contract Relax Stretching dan Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation Metode Motorpoin pada Kondisi Myofascial Trigger Pain Syndrome pada Otot Upper Trapezius"

Dengan ketentuan apabila ada hal-hal yang tidak berkenan pada saya, makasa saya berhak mengajukan pengunduran diri dari kegiatan penelitian ini.

Cilacap, 24 Februari 2024
Responden

()

*Lampiran 2 Riwayat Hidup***DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

1. Nama : Afif Nasrulah Ramadani
2. Nomor Induk Mahasiswa : 109121018
3. Tempat, Tanggal Lahir : Sukoharjo, 12 November 2003
4. Jenis Kelamin : Laki-laki
5. Alamat : Ngampel rt2 rw8, Ds Ponowaren, Kec Tawang Sari
Sukoharjo
6. Nomor Handphone : 082133635373
7. E-mail : afif.nasrullah.ramadani.9c.02@gmail.com
8. Program Studi : Diploma III Fisioterapi
9. Riwayat Pendidikan : 1) SD Negeri Ponowaren 03
2) SMP Negeri 2 Tawang Sari
3) SMA Negeri 1 Bulu

Lampiran 3 Hasil Pelaksanaan Terapi

**Hasil Tindakan Terapi Dengan Modalitas *Contract Relax Stretching* dan
Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation Pada *Myofascial Trigger Pain*
Syndrome otot *Upper Trapezius***

Kondisi	Jenis Nyeri	NRS					
		T1	T2	T3	T4	T5	T6
Sebelum terapi	Nyeri diam	5/10	4/10	3/10	0/10	0/10	0/10
	Nyeri tekan	6/10	5/10	3/10	1/10	0/10	0/10
	Nyeri gerak	6/10	5/10	3/10	0/10	0/10	0/10
	Nyeri diam	4/10	3/10	1/10	0/10	0/10	0/10
Sesudah terapi	Nyeri tekan	5/10	4/10	2/10	0/10	0/10	0/10
	Nyeri gerak	5/10	3/10	2/10	0/10	0/10	0/10

(Data Primer, 2024)

Lampiran 4 Contract Relax Stretching



Lampiran 5 Contract Relax Stretching



Lampiran 6 Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation



Lampiran 7 Status Klinis Pasien



UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI D3 FISIOTERAPI

LAPORAN STATUS KLINIS MAHASISWA

Nomor Urut : _____
Nama Mhs : AFIF NASRULAH DAMADANI
NIM : 109121018
Tempat Praktek : Lab Fisioterapi
Pembimbing : Wishnu Subrata

Tanggal Pembuatan Laporan : 18 Maret 2023
Kondisi : Myofascial Trigger Pain Syndrome

I. KETERANGAN UMUM PENDERITA

Nama : Tn. A
Umur : 40 tahun
Jenis Kelamin : Laki-laki
Pekerjaan : Swasta
Agama : Islam
Alamat : K. Delima, Tamboreja, Cilacap Selatan

II. DATA MEDIS RUMAH SAKIT

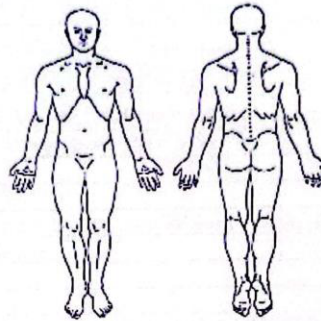
A. DIAGNOSA MEDIS : _____

B. CATATAN KLINIS : Tidak ada

C. TERAPI UMUM : Pasien tidak mengonsumsi obat-obatan oral maupun obat oles

D. RUJUKAN FISIOTERAPI DARI DOKTER : Pasien datang mandiri tanpa rujukan dari dokter

III. SEGI FISIOTERAPI
A. PEMERIKSAAN SUBYEKTIF



1. ANAMNESIS

a. KELUHAN UTAMA : Pasien mengeluhkan adanya nyeri pada area bahu atas bagian kiri.

b. RIWAYAT PENYAKIT SEKARANG : Satu bulan yang lalu pasien mengeluhkan rasa nyeri yang timbul secara tiba-tiba yang terletak pada area bahu kiri atas dan leher belakang saat melakukan pekerjaannya.

c. RIWAYAT PENYAKIT DAHULU : Pasien pernah mengalami keluhan nyeri yang sama namun hanya didiamkan.

d. RIWAYAT PRIBADI : Pasien seorang pekerja swasta yang kesehariannya bekerja mengoperasikan komputer dalam sehari kurang lebih selama 9 jam.

b. INSPEKSI :

Statik : - Kondisi umum pasien baik
 - Tidak ditemukan edema
 - Tidak ditemukan eritema

Dinamis : - Pasien datang tanpa alat bantu
 - Wajah terlihat menahan nyeri
 - Ada keterbatasan LGS

c. PALPASI : - Ada nyeri tekan pada bahu kiri
 - Ada spasme
 - Suhu normal
 - Tidak ada edema

d. PERKUSI : Tidak dilakukan

e. AUSKULTASI : Tidak dilakukan

f. GERAKAN DASAR

1) GERAKAN AKTIF :

gerakan	Nyeri	ROM
Retraksi	+	Full ROM
Protraksi	-	Full ROM
Elevasi	+	Full ROM
Depresi	-	Full ROM
Rotasi Dextra	+	Tidak Full ROM
Rotasi Sinistra	-	Full ROM

2) GERAKAN PASIF :

gerakan	Nyeri	ROM
Retraksi	+	Full ROM
Protraksi	-	Full ROM
Elevasi	+	Full ROM
Depresi	-	Full ROM
Rotasi Dextra	+	Tidak Full ROM
Rotasi Sinistra	-	Full ROM

e. RIWAYAT KELUARGA : Tidak ada keluarga pasien yang mengalami kondisi seperti pasien

f. ANAMNESIS SISTEM

1) KEPALA DAN LEHER : Tidak ada keluhan pusing, namun ada nyeri leher bawah belakang pada sisi kiri

2) SISTEM KARDIOVASKULAR : Tidak ada keluhan nyeri dada ataupun berdebar-debar

3) SISTEM RESPIRASI : Tidak ada keluhan batuk ataupun sesak nafas

4) SISTEM GASTROINTESTINAL : Tidak ada keluhan gangguan pencernaan

5) SISTEM UROGENITAL : Tidak ada keluhan dan gangguan pada saluran buang air kecil serta saluran perkemihan

6) SISTEM MUSKULOSKELETAL : Ada keluhan nyeri pada ~~bahu~~ area bahu dan leher pada otot upper trapezius

7) SISTEM NERVORUM : tidak ada keluhan rasa kesemutan baal dan nyeri menjalar

2. PEMERIKSAAN FISIK

a. TANDA VITAL

1) TEKANAN DARAH	: 110 / 90 mm Hg
2) DENYUT NADI	: 72 / menit
3) FREK. PERNAFASAN	: 20 / menit
4) TEMPERATUR	: 36°C
5) TINGGI BADAN	: 170 cm
6) BERAT BADAN	: 70 kg

3) GERAKAN AKTIF MELAWAN TAHANAN :

Gerakan	Myer	Tahanan	
Retraksi	-	max	
Protraksi	-	max	
Elevasi	-	max	
Depresi	-	max	
Rotasi Dextra	-	max	
Rotasi Sinistra	-	max	

g. KOGNITIF, INTRA PERSONAL & INTER PERSONAL :

- a. Kognitif : Pasien mampu menceritakan kronologi kejadian dengan baik dan runtut, tidak mengalami gangguan orientasi
- b. Intrapersonal : pasien memiliki semangat dan keinginan untuk sembuh
- c. Interpersonal : Pasien mampu berkomunikasi dan bersosialisasi dengan lingkungan sekitar dengan baik.

h. KEMAMPUAN FUNGSIONAL & LINGKUNGAN AKTIFITAS :

Pasien mengalami gangguan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Pasien yang beterta dengan menggunakan ataupun mengoperasikan komputer.

3. PEMERIKSAAN SPESIFIK

a. Tes Pemeriksaan Myer dengan Numeric Rating Scale NRS

Diam : 5/10
Terak : 6/10
Gerak : 6/10

b. Tes Palpasi

Pemeriksaan dilakukan dengan cara menekan otot upper trapezius dan dapat menggunakan ibu jari untuk menekan area otot.

dan apabila mendapati adanya nyeri lokal maka hal itu dapat mengarahkan adanya myofascial trigger pain syndrome pada area yang nyeri.

c. Tes

d. Tes

B. DIAGNOSIS FISIOTERAPI

1. IMPAIRMENT : Adanya nyeri pada otot upper trapezius sinistra

2. FUNCTIONAL LIMITATION : pasien mengalami kesulitan dalam aktivitas sehari-hari seperti keterbatasan menaruh beban karena nyeri

3. PARTICIPANT OF RETRICTION : pasien mengalami gangguan saat melakukan pekerjaannya mengoperasikan laptop

C. PERENCANAAN TINDAKAN FISIOTERAPI

1. TUJUAN TERAPI

a. TUJUAN JANGKA PANJANG :

- Pasien dapat kembali melakukan aktivitas tanpa gangguan
- Meneruskan Tujuan jangka pendek.

b. TUJUAN JANGKA PENDEK :

- Mengurangi derajat nyeri pada otot upper trapezius sinistra

2. TINDAKAN FISIOTERAPI

a. TEKNOLOGI YANG DILAKSANAKAN :

- TENS
- Contract Relax Stretching

b. TEKNOLOGI ALTERNATIF :

- Infra Red
- massage

c. EDUKASI : Pasien disarankan untuk melakukan stretching mandiri di sela-sela pekerjaannya dan setiap pagi setelah bangun tidur

2. TERAPI KE - 2 19 Februari 2024.

- Pmr Vital Sign

TENS

Posisi pasien tidur terlentang dan relax, menyiapkan alat TENS membasahi pad elektroda.

Persiapan : pastikan area terapi pasien bebas hambatan

letakkan pad elektroda pada C6 dan pad elektroda lainnya pada titik nyeri pasien, lalu mulai naikkan

intensitas sampai sesuai batas toleransi pasien.

Setelah waktu 15 menit turunkan intensitas kembali secara bertahap.

Contract Relax Stretching

Posisi pasien duduk tegak di kursi

terapis berdiri dibelakang pasien tangan terapis steril, tangan kanan terapis pada samping sisi kiri kepala pasien sebagai tahanan, tangan kiri terapis pada bahu kiri pasien sebagai stabilisasi, turunkan kepala pasien, lalu instruksikan pasien untuk melakukan gerakan kepala kearah side flexi sinistra melawan tahanan selama 2 detik, setelah itu instruksikan pasien agar relax, dan dilanjutkan pemberian stretching kearah dekstra, dilakukan 3x pengulangan masing-masing gerakan.

3. TERAPI KE - 3 23 Februari 2024.

- Pmr Vital Sign.

TENS

Posisi Pasien tidur terlentang dan relax, menyiapkan alat TENS membasahi pad elektroda

Persiapan : pastikan area terapi pasien bebas hambatan, letakkan pad elektroda pada C6 dan pad elektroda lainnya pada titik nyeri pasien, lalu mulai naikkan intensitas sampai batas toleransi pasien, setelah waktu 15 menit turunkan intensitas kembali secara bertahap.

Contract Relax Stretching.

Posisi duduk tegak di kursi

terapis berdiri di belakang pasien tangan terapis steril, tangan kanan terapis pada sisi samping kiri kepala pasien sebagai tahanan, tangan kiri terapis pada bahu kiri pasien sebagai stabilisasi.

Turunkan kepala pasien, lalu instruksikan pasien untuk melakukan gerakan kepala kearah side flexi sinistra melawan tahanan 2 detik.

Setelah itu instruksikan pasien agar relax, dan dilanjutkan pemberian stretching dekstra, dilakukan 3x pengulangan

6. TERAPI KE - 6. Pada tanggal 15 Maret 2024

- PMR Viki Sign

TENS

posisi pasien: Tidur terlentang dan relax, menyiapkan TENS membasahi pad elektroda.

preparasi: pastikan area terapi pasien bebas hambatan. letakkan pad elektroda pada C6 dan pad elektroda lainnya pada titik nyeri, lalu mulai nyalakan intensitas sesuai batas toleransi pasien. after waktu 15 menit, lalu hentikan intensitas secara bertahap.

Contract Relax Stretching.

posisi pasien duduk tegak di kursi. terapis berdiri di belakang pasien dengan torsi tangan sudah steril. letakkan tangan kanan terapis pada sisi samping kepala pasien sebagai tahanan, dan tangan kiri terapis di bahu kiri pasien sebagai stabilisasi, lalu instruksikan pasien menggerakkan kepala kearah side flexi sinistra melawan tahanan 1-6 detik. setelah itu relax, dan di lanjut pemberian stretching. diurutkan 3x penguatan masing-masing gerakan

d. PERENCANAAN EVALUASI : Melakukan evaluasi tingkatan nyeri dengan skala NRS

D. PELAKSANAAN TERAPI

1. TERAPI KE - 1 16. Februari 2024.

- Anamnesis
- Pemeriksaan Vital Sign
- Tes sensoris

- TENS

Posisi Pasien : : Tidur terkurap dan relax

Persiapan alat : Menyiapkan alat TENS dan membasahi gel elektroda

Pelaksanaan : Pastikan area terapi pasien bebas hambatan, letakkan gel elektroda pada Cervical dan letakkan gel satunya pada area titik nyeri pasien, lalu mulai naikan intensitas sampai sesuai batas toleransi pasien, setiap waktu 15. menit. turunkan intensitas kembali sampai betrala.

Contract Relax Stretching

Posisi pasien : duduk tegak di kursi,

terapis berdiri dibelakang pasien, dengan kedua tangan sudah bersih dan steril, Tangan kanan terapis berada pada samping sisi kiri kepala pasien, sebagai tahanan, tangan kiri terapis tempatkan pada bahu kiri pasien sebagai stabilisasi, Turunkan bahu pasien, lalu instruksikan pasien untuk melakukan gerakan kepala kearah Side Flexi sinistra melalui tahanan selama ± 6 detik. Setelah itu instruksikan pasien agar relax, dan dilanjutkan dengan pemberian stretching kearah dextra, diuluti 3x pengulangan masing-masing gerakan

4. TERAPI KE - 4. Pada tanggal 28. february 2024.

Px. Vital Sign

TENS.

Posisi pasien : tidur terlentang dan relaks, menyalakan tens, membalahi pad elektroda.

Prioritasan : pastikan area terapi pasien bebas hambatan. letakkan pad elektroda pada CE. dan letakkan pad satunya pada titik nyeri. lalu mulai naikkan intensitas sampai batas toleransi pasien. seting waktu 15 menit. dan yakin kembali intensitas secara bertahap.

Contract Relax Stretching.

Posisi pasien duduk Relax di kursi.

terapis berdiri di belakang pasien, tangan terapis steril. letakkan tangan kanan terapis pada samping sisi kiri kepala pasien sebagai tahanan, lalu tangan kiri terapis di bahu kiri pasien sebagai stabilisasi.

Intruksi pasien menggerakkan kepala kearah Side Flex Right melalui tahanan $\pm$ 6 detik. Setelah itu intruksi pasien agar relax dan lanjutkan stretching kearah dextra, lakukan 3x pengulangan masing-masing gerakan.

5. TERAPI KE - 5 Pada tanggal 1 Maret 2024.

Px. Vital Sign.

TENS.

Posisi pasien : tidur terlentang dan relaks, menyalakan tens. membalahi pad elektroda.

Prioritasan : pastikan area terapi pasien bebas hambatan. letakkan pad pada CE. dan letakkan pad satunya pada titik nyeri. pastikan intensitas sampai batas toleransi pasien. seting waktu 15 menit. dan yakin kembali intensitas secara bertahap.

Contract Relax Stretching

Posisi pasien duduk tegak di kursi. terapis berdiri di belakang pasien.

pastikan tangan terapis steril. letakkan tangan kanan terapis di sisi samping kiri kepala pasien sebagai tahanan, tangan kiri terapis di bahu kiri pasien sebagai stabilisasi. terangkan kepada pasien. intruksi pasien untuk menggerakkan kepala kearah miringan tahanan $\pm$ 6 detik, setelah itu relax dan lanjutkan stretching. lakukan 3x pengulangan tiap gerakan.

E. PROGNOSIS :

Quo ad Sanam : Bonam
 Quo ad Vitam : Bonam
 Quo ad fungsional : Bonam
 Quo ad cosmeticam : Bonam

F. EVALUASI TERAPI : Evaluasi tingkat nyeri dengan NRS

Kondisi	Jenis Nyeri	T ₁	T ₂	T ₃	T ₄	T ₅	T ₆
Sebelum Terapi	Diam	5/10	4/10	3/10	0/10	0/10	0/10
	Tekan	6/10	5/10	3/10	1/10	0/10	0/10
	Gerak	6/10	5/10	3/10	0/10	0/10	0/10
Setelah terapi	Diam	4/10	3/10	1/10	0/10	0/10	0/10
	Tekan	5/10	4/10	2/10	0/10	0/10	0/10
	Gerak	5/10	3/10	2/10	0/10	0/10	0/10

Didapati hasil penurunan nyeri pada pasien

This image shows a single sheet of white paper with horizontal blue or grey ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There is no handwriting or other markings on the paper.

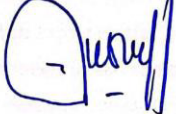
G. CATATAN PEMBIMBING PRAKTIK : _____

PEMBIMBING PRAKTIK

Query

NIP.

Lampiran 8 SOP Contract Relax Stretching

	CONTRACT RELAX STRETCHING		
	No. Dokumen : 001	No. Revisi :	Halaman : 2
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	Tanggal Terbit :	Ditetapkan Oleh : Ketua Program Studi Diploma III Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap  <u>WISHNU SUBROTO, SS.t, FT., S.F.T., M.Or</u> NIP : 10310 08 635	
PENGERTIAN	<i>Contract Relax Stretching</i> adalah tehnik peregangan <i>Propeoseptif Neuromuscular Fascilitation (PNF)</i> yang melibatkan kontraksi <i>isometric</i> otot yang <i>spasme</i> , diikuti dengan fase relaksasi, dan peregangan pasif pada otot yang tegang. Pemberian <i>Contract Relax Stretching</i> telah terbukti efektif dalam mengurangi nyeri otot (Triyulianti, 2022)		
TUJUAN	Mengurangi derajat nyeri		
KEBIJAKAN	Pasien dengan kondisi : <i>Myofascial trigger pain syndrome</i> otot <i>upper trapezius</i>		
PERALATAN	1. Kursi 2. <i>Handsantizer</i>		
PROSEDUR PELAKSANAAN	1. Tahap Pra Interaksi a. Melakukan verifikasi data sebelumnya bila ada b. Mencuci tangan c. Menyiapkan ruangan dan alat		

	2. Tahap Orientasi a. Memberikan salam sebagai pendekatan terapeutik b. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan pada pasien c. Menanyakan kesiapan klien sebelum kegiatan dilakukan 3. Tahap Kerja a. mengatur posisi pasien untuk duduk tegak di kursi dengan nyaman b. fisioterapis menempatkan diri dibelakang pasien c. interuksikan pasien untuk melakukan gerakan segmen tubuh yaitu <i>side flekxi</i> atau menolehkan kepala sampai pada akhir ROM yang ada atau batas nyeri dapat dilakukan secara aktif d. Minta pasien untuk kontraksi isometric dengan terkoordinasi pada group otot yang berlawanan dengan group otot yang terbatas dan diberi tahanan oleh terapis selama kurang lebih 6 detik, kemudian diminta relaks e. tambahkan gerakan <i>stretching</i> segmen tubuh pada akhir ROM baru dapat dilakukan secara pasif dan tahan selama 8 detik. Ulangi rangkaian gerakan tersebut sampai kurang lebih 5x. 4. Tahap Terminasi 1. Melakukan evaluasi tindakan 2. Menyampaikan RTL (Rencana Tindakan Lanjut) 3. Berpamitan dengan klien/pasien 4. Mencuci tangan kembali Mencatat / mendokumentasikan kegiatan dalam lembar kerja fisioterapi
DAFTAR PUSTAKA	Hendrawan, A. (2024) 'PANDUAN SKILL LAB SEMESTER 5 UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP'. Triyulianti, S. (2022) 'Pengaruh Neuromuscular Taping Dan Contract Relax Stretching Pada Kondisi Myofascial Pain Syndrome Otot Upper Trapezius Terhadap Penurunan Nyeri Leher', <i>Jurnal ilmiah fisioterapi</i>, 5.

Lampiran 9 SOP Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation

	TRANSCUTANEOUS ELECTRICAL NERVE STIMULATION		
	No. Dokumen : 002	No. Revisi :	Halaman : 3
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	Tanggal Terbit :	Ditetapkan Oleh : Ketua Program Studi Diploma III Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap  <u>WISHNU SUBROTO, SS.t.FT., S.FT., M.Or</u> NIP : 10310 08 635	
PENGERTIAN	TENS adalah alat yang menggunakan energi listrik untuk merangsang serabut saraf melalui permukaan kulit yang bertujuan untuk mengurangi rasa sakit. Mekanisme kerjanya yaitu didasari dengan teori <i>gate control</i> atau gerbang kontrol dan merangsang produksi hormone <i>endorphin</i> dengan tujuan untuk meredakan nyeri (Malik, 2020)		
TUJUAN	Mengurangi derajat nyeri		
KEBIJAKAN	Pasien dengan kondisi : <i>Myofascial trigger pain syndrome</i> otot <i>upper trapezius</i>		
PERALATAN	1. Bed 2. Electrical Stimulation 3. Hamer Reflek 4. Tabung reaksi		
PROSEDUR PELAKSANAAN	1. Tahap Pra Interaksi a. Melakukan verifikasi data sebelumnya bila ada b. Mencuci tangan c. Menempatkan alat di dekat pasien dengan benar		

2. Tahap Orientasi

- a. Memberikan salam sebagai pendekatan terapeutik
- b. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan pada pasien
- c. Menjelaskan dan memperkenalkan alat yang akan digunakan
- d. Menanyakan kesiapan pasien sebelum kegiatan dimulai

3. Tahap Kerja

- a. Mengatur posisi pasien pada posisi yang paling nyaman dengan posisi *pron lying*
- b. Fisioterapis menempatkan diri sesuai dengan region sakit pasien (duduk dikursi)
- c. Mempersiapkan alat dan memastikan alat dapat bekerja dengan baik
- d. Menjelaskan dan memperkenalkan alat yang akan digunakan
- e. Melakukan test sensabilitas pada pasien
- f. Fisioterapis melakukan test arus
- g. Bebaskan area yang akan di terapi dari pakaian
- h. Meletakkan elektroda pada posisi yang benar, pada dan atau sekitar nyeri
- i. Hidupkan alat, pilih arus TENS dan naikan intensitas sesuai toleransi pasien, dengan frekuensi 80 – 120 Hz selama 15 menit.
- j. Fisioterapis menanyakan apakah dosis intensitas terapi yang diberikan sudah nyaman atau belum
- k. Fisioterapis memberitahu kepada pasien bahwa terapi sudah selesai jika suara timer alat berbunyi (bunyi otomatis)
- l. Fisioterapis mengambil pad elektroda dan memrapihkan alat seperti semula
- m. Fisioterapis membersihkan kulit pasien dengan tisu/handuk pada area bekas diletakkannya pad elektroda
- n. Setelah terapi berakhir bersihkan area terapi dari gel kemudian matikan alat dan rapihkan kembali

	4 .Tahap Terminasi - Melakukan evaluasi tindakan - Menyampaikan RTL (Rencana Tindakan Lanjut) - Berpamitan dengan klien/pasien - Mencuci tangan kembali - Mencatat / mendokumentasikan kegiatan dalam lembar kerja fisioterapi
DAFTAR PUSTAKA	Malik, A. (2020) 'Comparison between myofascial release technique (MRT) and Transcutaneous electrical nerve stimulation (TENS) toward pain level in non-specific neck pain patients', <i>Journal of Physics: Conference Series</i>. doi: 10.1088/1742-6596/1529/3/032043. Wandansari, R. (2015) PELAKSANAAN TENS (Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation)

Lampiran 10 Daftar Konsul Pembimbing

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 1

Nama Mahasiswa : Afif Nurulloh Ramadani
NIM : 109121016
Judul KTI : Aplikasi contract relax stretching dan Transcutaneous electrical nerve stimulation terhadap myofascial trigger pain

NO	TANGGAL	MATERI KONSUL	PARAF
1	18-3-2024	• Status KIRIS • Bab 1	
2.	20-3-2024.	• Bab 2 • Bab 3	
3	21-3-2023	• Bab 4. • Bab 5.	
4.	26-3-2023	• konsul status KIRIS	
5	27.3-2024	Acc keseluruhan	

Pembimbing,

Qumf

LEMBAR KONSULTASI PEMBIMBING 2

Nama Mahasiswa : Afif Nasrullah Ramadani
 NIM : 109121018
 Judul KTI : Aplikasi Contract Relax Stretching dan TENS metode motor point pada myofascial trigger point Syndrome otot upper trapezius

NO	TANGGAL	MATERI KONSUL	PARAF
1	25-3-2024	Revisi Abstrak.	Azwar
2.	26-3-2024	Konsul keseluruhan Bab 1, 2, 3, 4, 5.	Azwar
3.	27-3-2024	Acc. keseluruhan	Azwar

Pembimbing,

Azwar
 ()

DAFTAR HADIR KONSULTASI KTI

[illegible]

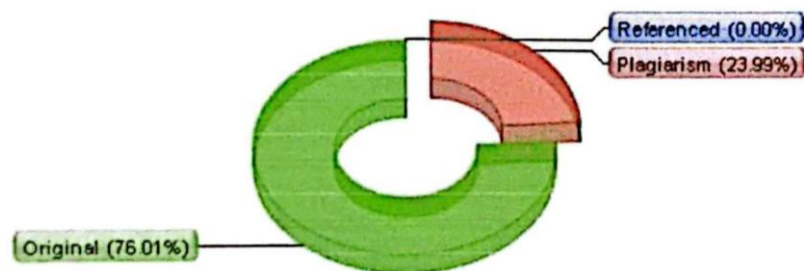
Ketua Program Studi
D3 Fisioterapi

Quint

Lampiran 11 Plagiarisme

CEK PLAGIARISME

Nama : Afif Nasrullah Ramadani
 NIM : 109121018
 Judul KTI : Aplikasi *Contract Relax Stretching* Dan *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* Metode *Motorpoin* Pada Kondisi *Myofascial Trigger Pain Syndrome* Pada Otot *Upper Trapezius*



Hasil : Original : 76,01 %
 : Plagiarisme : 23,99 %
 : Referenced : 0.00 %

Cilacap, 26 Maret 2024

Mengetahui, Pembimbing 1

Penulis

WISHNU SUBROTO, SST.FT.,S.Ft., M.Or
 NIP: 103 10 08 635

AFIF NASRULLAH RAMADANI
 NIM: 109121013