

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Persetujuan Pasien

SURAT PERSETUJUAN TINDAKAN FISIOTERAPI KESEDIAAN MENGIKUTI

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Dina Murwastiti
Umur : 22 Tahun
Alamat : Jl. Dadap Rt. 05/08 Gumilir, Cilacap Utara
No. Telp :

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 bertanggungjawab
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 *Ultrasound* dan latihan hold relax terhadap penurunan nyeri pada kondisi *De Quervain Syndrome* "

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

Cilacap, 10 Februari 2023
Responden



(Dina Murwastiti)

Lampiran 2 Hasil Studi Kasus



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

LAPORAN STATUS KLINIS MAHASISWA

Nomor Urut : _____ Tempat Praktek : Lab. fisioterapi uniac
 Nama Mhs : Asih Rosiani Pembimbing : Wishnu Subroto
 NIM : 109120027

Tanggal Pembuatan Laporan : _____
 Kondisi : _____

I. KETERANGAN UMUM PENDERITA

Nama : Ny. D
 Umur : 22 Tahun
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Pekerjaan : Freelance guru les & bouquet
 Agama : Islam
 Alamat : Jl. Dadap Rt. 05 / 08 Kel. Gumilir
Cilacap utara

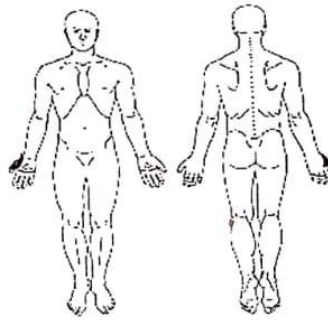
II. DATA MEDIS RUMAH SAKIT

A. DIAGNOSA MEDIS : De Quervain Syndrome

B. CATATAN KLINIS : _____

C. TERAPI UMUM : _____

D. RUJUKAN FISIOTERAPI DARI DOKTER : _____



1. ANAMNESIS

a. KELUHAN UTAMA: Pasien mengeluhkan Pegal Ibu jari tangan Sampai ke bagian Pangkal Ibu jari tangan

b. RIWAYAT PENYAKIT SEKARANG: Pasien sudah merasakan tidak nyaman pada Ibu jarinya, Namun, rasa sakitnya semakin bertambah sejak sebulan yang lalu. Rasa tersebut dapat mengganggu aktivitas sehari-hari yang dominan menggunakan tangan tetapi rasa sakitnya masih bisa ditahan. Pada waktu pasien masih bersekolah di SMA, pasien pernah terjatuh dari sepeda motornya sehingga tangan Kanan nya digunkan sebagai tumpuan, kemudian pasien melakukan Rontgen dan didapatkan hasil bahwa tangan Pasien tidak mengalami fraktur. Pasien sebelumnya belum pernah ke dokter / fisioterapis untuk memeriksa rasa sakitnya

c. RIWAYAT PENYAKIT DAHULU :

Hipertensi (-)

Kolesterol (-)

Asam Urat (-)

Pasien memiliki riwayat jatuh

d. RIWAYAT PRIBADI :

Hipertensi (-)

Kolesterol (-)

Asam Urat (-)

e. RIWAYAT KELUARGA :

Keluarga pasien tidak ada yang mengeluhkan penyakit seperti yang dialami pasien

f. ANAMNESIS SISTEM

- 1) KEPALA DAN LEHER :
Tidak ada keluhan
- 2) SISTEM KARDIOVASKULAR :
Tidak ada keluhan
- 3) SISTEM RESPIRASI :
Pasien sering mengeluhkan sesak nafas saat kambuh
- 4) SISTEM GASTROINTESTINAL :
Pasien tidak mengalami gangguan BAB
- 5) SISTEM UROGENITAL :
Pasien tidak mengalami gangguan BAK
- 6) SISTEM MUSKULOSKELETAL :
Pasien mengatakan bahwa Ibu jarinya sering nyeri
- 7) SISTEM NERVORUM :
pasien tidak ada gangguan sensoris

2. PEMERIKSAAN FISIK

a. TANDA VITAL

- 1) TEKANAN DARAH : 110/70 mmHg
- 2) DENYUT NADI : 72 x/menit
- 3) FREK. PERNAFASAN : 17 x/menit
- 4) TEMPERATUR : 36 °C
- 5) TINGGI BADAN : 149 cm
- 6) BERAT BADAN : 54 kg

b. INSPEKSI :

- Statik :**
1. Tidak ditemukan edema
 2. Warna kulit normal
 3. Tidak ditemukan deformitas
- Dinamis :**
1. Postur wajah pasien seperti menahan sakit apabila Ibu jari digerakkan
 2. Tidak ada gangguan pada pola jalan pasien

c. PALPASI :

1. Adanya nyeri tekan pada otot-otot penggerak Ibu jari
2. Tidak ditemukan ketegangan otot

d. PERKUSI : Tidak dilakukan

e. AUSKULTASI : Tidak dilakukan

f. GERAKAN DASAR

1) GERAKAN AKTIF :

Regio	Gerakan	ROM		Nyeri	
		Dextra	Sinistra	Dextra	Sinistra
Thumb	Flexi	Tidak full ROM	Full ROM	Nyeri	Tidak nyeri
	Extensi	Tidak Full ROM	Full ROM	Nyeri	Tidak Nyeri

2) GERAKAN PASIF :

Regio	Gerakan	ROM		Nyeri		End feel	
		Dextra	Sinistra	Dextra	Sinistra	Dextra	Sinistra
Thumb	Flexi	Full ROM	Full ROM	Nyeri	Tidak	Firm/ Hard	Firm/ Hard
	Extensi	Full ROM	Full ROM	Nyeri	Tidak	Firm	Firm

3) GERAKAN AKTIF MELAWAN TAHANAN :

Regio	Gerakan	Tahanan		Nyeri	
		Dextra	Sinistra	Dextra	Sinistra
Thumb	Flexi	Maximal	Maximal	Nyeri	Tidak nyeri
	Extensi	Maximal	Maximal	Tidak nyeri	Tidak nyeri

g. KOGNITIF, INTRA PERSONAL & INTER PERSONAL :

Kognitif : Pasien dapat berkomunikasi dengan baik kepada terapis, keluarga dan orang lain. Pasien dapat memahami dengan baik yang diinstruksikan oleh terapis

- Intra personal : Pasien mampu berinteraksi dgn orang sekitar
- Inter personal : Pasien bersemangat untuk mengikuti terapi

h. KEMAMPUAN FUNGSIONAL & LINGKUNGAN AKTIFITAS :

Pasien masih mampu melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri

3. PEMERIKSAAN SPESIFIK

a. Tes Finkelstein

Posisikan pasien senyaman mungkin, dengan instruksikan untuk meluruskan tangan yang akan diperiksa. Dan jari-jari tangan menggenggam dengan ibu jari ditekan ke dalam terlebih dahulu yang diikuti jari-jari lainnya. kemudian instruksikan untuk menggerakkan tangannya kebawah dgn posisi menggenggam (deviasi ulnar). Hasil (+) apabila ditemukan nyeri pada bagian pangkal ibu jari

b. Tes VAS

Pasien diminta untuk menggambarkan rasa nyeri nya berupa angka yang di coretkan pada garis sepanjang 10 cm

0	10
Tidak ada	nyeri berat
nyeri	

c. Tes LGS

Pengukuran dilakukan menggunakan goniometer, dengan menginstruksikan gerakan tangan pasien secara aktif.

$S = 45^\circ - 0 - 90^\circ$ Nilai normal LGS pada MCP 1

d. Tes

B. DIAGNOSIS FISIOTERAPI

1. IMPAIRMENT :

- a. Adanya nyeri Ibu jari sampai ke Pangkal Ibu jari
b. Adanya keterbatasan gerak pada saat gerakan flexi - extensi

2. FUNCTIONAL LIMITATION :

- a. Pasien tidak mampu mengangkat beban yang mendominasi gerakan Ibu jari
b. Pasien mengalami gangguan pada saat mengendarai sepeda motor

3. PARTICIPANT OF RETRICTION :

- Pasien masih mampu bersosialisasi dalam bermasyarakat di lingkungan sekitarnya

C. PERENCANAAN TINDAKAN FISIOTERAPI

1. TUJUAN TERAPI

a. TUJUAN JANGKA PANJANG :

- Pasien dapat melakukan aktivitas sehari-hari tanpa adanya keluhan

b. TUJUAN JANGKA PENDEK :

- Mengurangi nyeri Ibu jari tangan
- Membantu meningkatkan lingkup gerak sendi Ibu jari tangan

2. TINDAKAN FISIOTERAPI

a. TEKNOLOGI YANG DILAKSANAKAN :

- Ultra sound therapy
- Hold relax exercise

b. TEKNOLOGI ALTERNATIF :

- IRP
- MWD
- Kompres hangat
- Massage
- Tapping

c. EDUKASI :

- Latihan perenggangan ibu jari dan pergelangan tangan
- Latihan menggenggam menggunakan bola kecil

d. PERENCANAAN EVALUASI :

- Pemeriksaan nyeri menggunakan VAS
- Pemeriksaan lingkup gerak sendi menggunakan goniometer

D. PELAKSANAAN TERAPI

1. TERAPI KE - 1 10 Februari 2023

a. Ultra Sound therapy

Posisi Pasien : Pasien duduk di bed dengan nyaman dan tangan disangga dengan bantal

Persiapan alat : Siapkan alat dan pastikan berfungsi dengan baik

Pelaksanaan : Terapis memberikan gel ultrasound secukupnya

Pada area yang akan diterapi, kemudian terapis melakukan monitoring selama terapi dengan menanyakan pada pasien apakah terlalu panas atau tidak dan mulai melakukan tindakan terapi sesuai dosis yang diberikan. Setelah terapi selesai, terapis membersihkan area terapi dan transduser yang telah digunakan menggunakan tisu. Dosis terapi : mode continuous, durasi 5 menit

Intensitas $0,8 \text{ watt/cm}^2$, frekuensi 1 MHz

b. Hold relax exercise

Persiapan pasien: Pasien posisi duduk nyaman mungkin
 Pelaksanaan: Terapis menggenggam telapak tangan yang akan
 diterapi dan tangan yang lain memberikan tahanan untuk
 gerakan yang akan dilakukan. Instruksikan pasien untuk melakukan
 gerakan Flexi Ibu jari tangan dan melawan tahanan dari
 terapis tanpa adanya pergerakan sendi (Kontraksi isometrik).
 Kemudian pasien diminta untuk mereleksasikan tangannya.
 Selanjutnya terapis melakukan penambahan ROM secara pasif
 pada setiap akhir gerakan. Gerakan ini dapat dilakukan
 3x pengulangan dengan 8 hitungan

2. TERAPI KE - 2 13 Februari 2023
 Sama seperti terapi pertama

3. TERAPI KE - 3 15 Februari 2023
 Sama seperti terapi pertama

4. TERAPI KE - 4 21 Februari 2023
 Sama seperti terapi pertama

5. TERAPI KE - 5 23 Februari 2023
 Sama seperti terapi pertama

6. TERAPI KE - 6 25 Februari 2023
 Sama seperti terapi pertama

E. PROGNOSIS :

Quo ad Vitam : bonam

Quo ad Sanam : bonam

Quo ad Cosmeticam : bonam

Quo ad Functionam : bonam

F. EVALUASI TERAPI:

1. pemeriksaan VAS

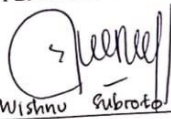
Kondisi	VAS (cm)						
	T ₀	T ₁	T ₂	T ₃	T ₄	T ₅	T ₆
Nyeri diam	1	1	0	0	0	0	0
Nyeri tekan	4	3	1	0,5	0,5	0,5	0,5
Nyeri gerak	6	5	3	3	2	1	0,5

2. Pemeriksaan LGS

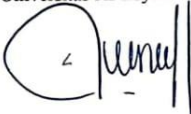
T₁ = S : 20 - 0 - 60T₂ = S : 25 - 0 - 65T₃ = S : 25 - 0 - 65T₄ = S : 26 - 0 - 65T₅ = S : 27 - 0 - 70T₆ = S : 30 - 0 - 75

G. CATATAN PEMBIMBING PRAKTIK : _____

PEMBIMBING PRAKTIK


(Wisnu Subroto)
NIP.

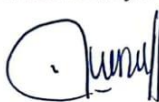
Lampiran 3 SOP *Ultrasound Therapy*

	ULTRA SOUND THERAPY		
	No. Dokumen :	No. Revisi :	Tanggal Terbit : 30 Januari 2023
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	Nama Mahasiswa Asih Rosiani	Ditetapkan Oleh : Ketua Program Studi Diploma III Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap  <u>Wishnu Subroto, SST.FT.,S.Ft.,M.Or</u> NIP. 1031008635	
PENGERTIAN	<i>Ultrasound</i> merupakan terapi dengan menggunakan gelombang suara tinggi dengan frekuensi 1 atau 3 MHz (>20.000Hz). Gelombang <i>ultrasound</i> dihasilkan oleh kristal keramik <i>piezoelektrik</i> yang dipasang pada aplikator atau transduser yang menghantarkan gelombang tersebut sehingga dapat menimbulkan efek termal atau mekanis ditempat gelombang diserap (Purnomo, Amanati dan Sholikah, 2017).		
TUJUAN	Tindakan terapi		
KEBIJAKAN	Pasien dengan kondisi : 1. Adanya rasa nyeri 2. Adanya keterbatasan ROM 3. Adanya ketegangan otot		
PERALATAN	1. <i>Ultrasound therapy</i> 2. Gel us 3. Tisu 4. Bed / kursi 5. Bantal 6. Alat ukur sensasi protektif		

PROSEDUR PELAKSANAAN	A. Tahap Pra Interaksi 1. Fisioterapis melakukan verifikasi data sebelumnya bila ada 2. Fisioterapis melakukan sterilisasi tangan 3. Fisioterapis melakukan persiapan alat : Cek alat B. Tahap Orientasi 1. Memberikan salam sebagai pendekatan terapeutik 2. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan pada keluarga/klien 3. Menanyakan kesiapan klien sebelum kegiatan dilakukan C. Tahap Kerja 1. Fisioterapis mengatur posisi klien senyaman mungkin (sesuai area terapi) 2. Fisioterapis membebaskan area terapi dan dibersihkan dengan tisu 3. Fisioterapis melakukan pemeriksaan sensasi protektif 4. Fisioterapis mempersiapkan dan menyalakan alat terapi 5. Fisioterapis mengatur dosis terapi yang akan diberikan : - a.) Mode : continous - b.) Durasi : 5 menit - c.) Intensitas : 0,8 watt/cm² - d.) Frekuensi : 1 MHz Lamanya terapi tergantung luas area yang akan diterapi dan jenis transduser yang dipakai 6. Fisioterapis memberikan gel <i>ultrasound</i> secukupnya pada area terapi 7. Fisioterapis melakukan tindakan terapi 8. Fisioterapis melakukan pengamatan selama terapi berlangsung dan menanyakan pada klien apakah terlalu panas atau tidak 9. Fisioterapis menyampaikan pada klien bahwa terapi sudah selesai jika timer alat berbunyi
---------------------------------	---

	10. Fisioterapis mematikan alat <i>ultrasound</i> jika waktu terapi telah habis 11. Fisioterapis membersihkan area terapi dan transduser yang telah digunakan menggunakan tisu 12. Fisioterapis mengembalikan alat <i>ultrasound</i> kembali ke tempat semula D. Tahap Terminasi 1. Fisioterapis melakukan evaluasi tindakan 2. Fisioterapis menyampaikan RTL (Rencana Tindakan Lanjutan) 3. Fisioterapis berpamitan pada klien 4. Mencuci tangan kembali 5. Fisioterapis mencatat atau mendokumentasikan kegiatan dalam lembar kerja fisioterapi Catatan Penting : Fisioterapis menghentikan tindakan pemberian terapi <i>ultrasound</i> jika selama pemberian terapi pasien mengutarakan kondisi yang memperburuk keadaan
REFERENSI	Purnomo, D., Amanati, S. dan Sholikah, N. (2017) "Pengaruh Infra Red , Ultrasound Dan Terapi Latihan Pada Post Release De Quervain ' S Syndrome," 1(2), hal. 43–49. TN, S. dan Kecha, P. (2020) "Effect of ultrasound, massage therapy and exercises on de quervain's tenosynovitis," 3(3), hal. 43–48.

Lampiran 4 SOP *Hold Relax Exercise*

	HOLD RELAX		
	No. Dokumen :	No. Revisi :	Tanggal Terbit : 30 Januari 2023
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)	Nama Mahasiswa : Asih Rosiani	Ditetapkan Oleh : Ketua Program Studi Diploma III Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap  <u>Wishnu Subroto, SST.Ft.,S.Ft.,M.Or</u> <u>NIP. 1031008635</u>	
PENGERTIAN	<i>Hold Relax</i> adalah salah satu metode PNF yang menggunakan kontraksi <i>isometrik</i> yang ditahan pada otot antagonis yang memendek/ <i>spasme/tightness</i> , kemudian diikuti dengan relaksasi (Sudaryanto dan Imam, 2018).		
TUJUAN	Peningkatan ROM pasif, relaksasi otot, penurunan nyeri, dan penurunan tonus otot.		
KEBIJAKAN	Pasien dengan kondisi : 1. Adanya nyeri 2. Adanya keterbatasan ROM 3. Adanya peningkatan tonus otot		
PERALATAN	1. Bed / kursi 2. Bantal 3. Goniometer		
PROSEDUR PELAKSANAAN	A. Tahap Pra Interaksi 1. Fisioterapis melakukan verifikasi data sebelumnya bila ada 2. Fisioterapis melakukan sterilisasi tangan B. Tahap Orientasi 1. Memberikan salam sebagai pendekatan terapeutik		

	2. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan pada keluarga dan atau klien 3. Menanyakan kesiapan klien sebelum tindakan diberikan C. Tahap Kerja 1. Mengatur posisi klien duduk di bed / kursi dengan tangan yang akan diterapi disangga menggunakan bantal 2. Fisioterapis berdiri disamping bagian tubuh yang akan diterapi 3. Fisioterapis melakukan pengukuran lingkup gerak sendi menggunakan goniometer pada area yang akan diterapi 4. Fisioterapis memberikan instruksi klien untuk meletakkan tangan klien dengan posisi tangan supinasi dan telapak tangan menghadap ke atas untuk melakukan gerakan <i>flexi-extensi thumb</i> 5. Salah satu tangan fisioterapi lengan bawah tangan klien dan tangan lainnya berada pada ibu jari tangan klien untuk memberikan tahanan <i>isometric</i> 6. Fisioterapis menginstruksikan klien untuk menahan dorongan tangan terapis kearah <i>flexi thumb</i> dengan posisi awal tangan klien <i>extensi thumb</i> kemudian relaks dilakukan 3x pengulangan (keterbatasan gerakan <i>flexi thumb</i>) 7. Fisioterapis menginstruksikan klien untuk menahan tangan terapis kearah <i>extensi thumb</i> dengan posisi awal tangan klien <i>flexi thumb</i> kemudian relaks dilakukan 3 pengulangan (keterbatasan gerakan <i>extensi thumb</i>) 8. Fisioterapis memberikan instruksi klien untuk meletakkan tangan klien dengan posisi tangan midle untuk melakukan gerakan <i>adduksi-abduksi thumb</i> 9. Fisioterapis menginstruksikan klien untuk menahan tangan terapis kearah <i>adduksi thumb</i> dengan posisi awal tangan klien <i>abduksi thumb</i> kemudian relaks dilakukan 3 pengulangan (keterbatasan gerakan <i>adduksi thumb</i>)
--	---

	10. Fisioterapis menginstruksikan klien untuk menahan tangan terapis kearah <i>abduksi thumb</i> dengan posisi awal tangan klien <i>extensi thumb</i> kemudian relaks dilakukan 3 pengulangan (keterbatasan gerakan <i>abduksi thumb</i>) 11. Pasca relaksasi klien diinstruksikan untuk berusaha menggerakan secara aktif dan tangan fisioterapis membantu menambahkan gerakan pada ROM baru sampai terjadi gerak maksimal D. Tahap Terminasi 1. Fisioterapis melakukan evaluasi tindakan 2. Menyampaikan RTL (Rencana Tindakan Lanjutan) 3. Berpamitan kepada klien 4. Mencuci tangan kembali 5. Mencatat atau mendokumentasikan kegiatan dalam lembar kerja fisioterapi
REFERENSI	Sudaryanto dan Imam, N. (2018) "Efektifitas Antara Friction dan Hold Relax Terhadap Perubahan Kemampuan Grip dan Pinch Strength pada Kondisi Nyeri Otot Extensor Carpi Radialis Longus et Brevis di PT. Maruki Internasional Indonesia," 8, hal. 99–106.

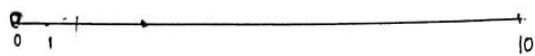
Lampiran 5 Hasil Pemeriksaan VAS

10 februari 2023

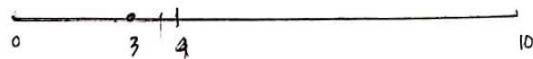
Blanko pemeriksaan VAS

Terapi Ke - 1

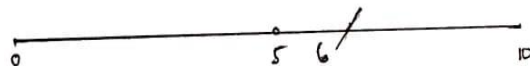
① Nyeri diam



② Nyeri tekan



③ Nyeri gerak



Blanko pemeriksaan VAS

13 februari 2023

Blanko pemeriksaan VAS

Terapi Ke - 2

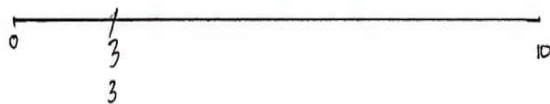
① Nyeri diam



② Nyeri tekan



③ Nyeri gerak



15 februari 2023

Blangko pemeriksaan VAS

Terapi Ke-3

① Nyeri diam



② Nyeri tekan



③ Nyeri gerak



21 Februari 2023

Blanko pemeriksaan VAS

Terapi ke - A

① Nyeri diam



② Nyeri tekan



③ Nyeri gerak



23 Februari 2023

Blanko pemeriksaan VAS

Terapi Ke - 5

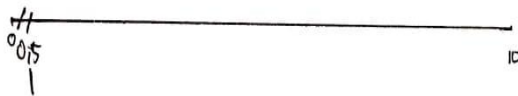
① Nyeri diam



② Nyeri tekan



③ Nyeri gerak



25 Februari 2023

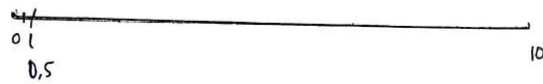
Blangko pemeriksaan VAS

Terapi Ke - 6

① Nyeri diam



② Nyeri tekan



③ Nyeri gerak



Lampiran 6 Dokumentasi Tindakan Terapi





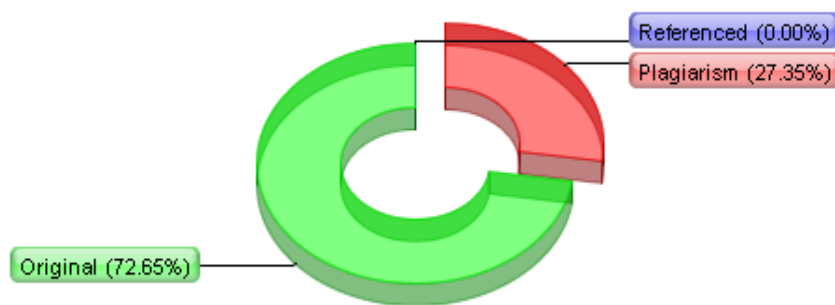
Lampiran 7 Cek Plagiarisme

CEK PLAGIARISME

Nama : Asih Rosiani

NIM : 109120027

Judul KTI : “Aplikasi *Ultrasound therapy* dan Latihan Hold Relax Terhadap Penurunan Nyeri pada Kondisi *De Quervain Syndrome Dextra*”



Hasil : Original : 72,65%

Plagiarisme : 27,35%

Referenced : 0,00%

Mengetahui pembimbing 1

Cilacap, Maret 2023

Wishnu Subroto, SST.FT., S.Ft., M.Or
NIP : 1031008635

Asih Rosiani
NIM : 109120027

Lampiran 8 curriculum vitae

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Asih Rosiani
 NIM : 109120027
 Tempat, Tanggal lahir : Cilacap, 30 Agustus 2002
 Alamat : Jl. Limbungjati Rt. 04/06 Penggalang, Adipala,
 Cilacap
 Nomor HP : 085801717393
 Email : rosianiasih38@gmail.com
 Program Studi : D3 Fisioterapi
 Riwayat Pendidikan :
 2008 – 2014 SD N 01 Penggalang
 2014 – 2017 SMP N 02 Kesugihan
 2017 – 2020 SMA N 01 Adipala
 2020 – sekarang Universitas Al-Irsyad Cilacap