

LAMPIRAN

Lampiran 1 Curiculum Vitae

Curiculum Vitae

Nama : Ambar Kurniawati

NIM : 109120029

Program Studi : D3 Fisioterapi

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat, Tanggal Lahir : Cilacap, 23 November 2002

Alamat : Desa kalisabuk Rt 04/11, Kec.Kesugihan,

Kab.Cilacap

No. Hp : 085725645392

Email : ambarkurniati24@gmail.com

Riwayat Pendidikan : Mi Ya Bakii Kalisabuk 02

SMP Ya Bakii 01 Kesugihan

SMA N 1 Sampang

Lampiran 2 Surat persetujuan

**SURAT PERSETUJUAN TINDAKAN FISIOTERAPI
KESEDIAAN MENGIKUTI**

Saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Alik Adzan Ramadhan
Umur : 19 tahun
Alamat : Jl.Sindoro Rt06/05 Kroya, Cilacap
No. Telp : 085327456443

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 *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* dan *Strengthening Exercise* pada Kondisi *Post Op.* Rekonstruksi *Anterior Cruciate Ligamen*”

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

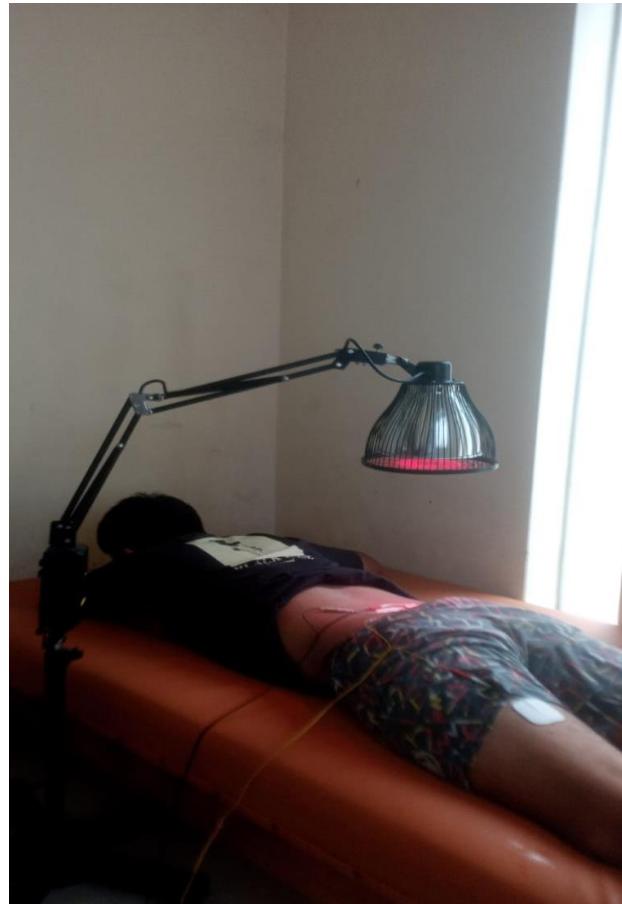
Cilacap, 17 Januari 2023
Responden

(Alik Adzan R.)

Lampiran 3 Dokumentasi aplikasi McKenzie Exercise



Aplikasi Infra Red Radiating



Lampiran 4 Standar Oprasional Prosedur

	McKenzie Exercise				
	No. Dokumen	No. Revisi	Tanggal Terbit		
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	<i>Ditetapkan Oleh</i>				
	Nama Mahasiswa Ambar Kurniawati	Ketua Program Studi Diploma III Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap			
		<u>WISHNU SUBROTO, S.St.Ft.,S.FT.,M.Or</u> NIP. 1031008635			
PENGERTIAN	<i>McKenzie Exercise</i> adalah latihan untuk memperbaiki postur yang bertujuan untuk mengurangi <i>hyperlordosis lumbal</i> , penurunan <i>spasme otot</i> melalui efek relaksasi, disamping itu <i>latihan McKenzie Exercise</i> akan mengurangi tekanan pada bagian <i>posterior annulus fibrosus</i> melalui gerakan-gerakan <i>extensi</i> , sehingga nyeri akan berkurang (Zaini saifudin, 2016)				
TUJUAN	Mengurangi nyeri				
KEBIJAKAN	Pasien dengan kondisi Nyeri akibat Hernia Nucleus Pulposus				
PERALATAN	1. Matras				
PROSEDUR PELAKUAN	<p>A. Tahap Pra Interaksi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fisioterapis melakukan verifikasi data sebelumnya bila ada 2. Fisioterapis melakukansterilisasi tangan 3. Fisioterapis melakukansesiapanalat : Matras <p>B. Tahap Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Memberikan salam sebagai pendekatan terapeutik 2. Menjelaskan tujuan dan prosedur tidakkan pada keluarga/klien 3. Menanyakan kesadaran klien sebelum kegiatan dilakukan <p>C. Tahap Kerja</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Fisioterapis mengatur posisi pasien (sesuai area terapi) 2. Fisioterapis memberikan arahan kepada pasien untuk melakukan 				

	<p>gerakan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Gerakan prone lying 2. Gerakan Elbow press 3. Gerakan press up 4. Gerakan Backward bending 5. Gerakan doble knee to chest 6. Gerakan sitting-flexion <p>Masing-masing gerakan dilakukan dan ditahan selama 5-8 hitungan dengan 2 kali pengulangan</p> <ol style="list-style-type: none"> 3. Fisioterapis menyampaikan pada klien bahwa terapi sudah selesai <p>D. Tahap Terminasi</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 <p>CatatanPenting :</p> <p>Fisioterapis menghentikan tindakan pemberian McKenzie Exercise jika selama pemberian terapi pasien mengutarakan kondisi yang memperburuk keadaan</p>
REFERENSI	ZuhriSaifudin, R. M. (2016). EFEKTIVITAS PROGRAM BACK SCOOOL DAN TEKNIK MCKENZIE EXERCISE PADA PASIEN NYERI PUNGGUNG BAWAH Saifudin,Zuhri, Marni Rustanti. 21-27

 <p style="text-align: center;">SINAR INFRA MERAH (INFRA RED)</p>		
STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR	No. Dokumen	No. Revisi
	Halaman	Ditetapkan Oleh :
	Nama Mahasiswa Ambar Kurniawati	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	Infrared merupakan pancaran gelombang elektromagnetik dengan panjang gelombang 7.700 sampai 4 juta A. Sinar infrared dapat menghasilkan panas lokal yang bersifat superfisial dan direkomendasikan pada kondisi subakut untuk mengurangi nyeri dan inflamasi. Pemanasan superfisial akan berpengaruh pada jaringan superfisial akan menghasilkan efek analgesia. Efek panas yang dihasilkan akan menyebabkan terjadinya vasodilatasi pada pembuluh darah dan peningkatan sirkulasi pada jaringan.(Wahyuningsih, 2017)	
TUJUAN	Mengurangi rasa nyeri bagian leher	
KEBIJAKAN	Pasien dengan kondisi : spasme otot upper trapezius	
PERALATAN	1. Alat Infra merah radiating 2. Bed 3. Selimut	
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	

	<p>B. Tahap Orientasi</p> <ol style="list-style-type: none">1. Memberikan salam sebagai pendekatan terapeutik2. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan pada keluarga/klien3. Menanyakan kesiapan klien sebelum kegiatan dilakukan <p>C. Tahap Kerja</p> <ol style="list-style-type: none">1. Fisioterapis mengatur posisi klien (sesuai area terapi)2. Fisioterapi membebaskan area penyinaran (area yang akan disinari bebas dari hambatan (baju, kain))3. Fisioterapis membersihkan area terapi4. Fisioterapis mengatur jarak penyinaran yakni 30-50 cm dari area terapi, dan posisi infra red tegak lurus dengan area terapi5. Fisioterapis mengatur waktu terapi 15 menit dan lanjut menyalaikan sinar infra merah6. Fisioterapis menyampaikan pada klien bahwa terapi sudah selesai jika timmer alat berbunyi7. Fisioterapis melakukan pengamatan selama terapi infra merah, dan menanyakan pada klien apakah terlalu panas atau tidak8. Fisioterapis mematikan alat infra merah jika waktu terapi telah habis9. Fisioterapis mengembalikan alat infra merah kembali ke tempat semula <p>D. Tahap Terminasi</p> <ol style="list-style-type: none">1. Fisioterapis melakukan evaluasi tindakan2. Fisioterapis menyampaikan RTL (Rencana Tindakan Lanjutan)3. Fisioterapis berpamitan pada klien4. Mencuci tangan kembali
--	--

	<p>8. Fisioterapis mencatat atau mendokumentasikan kegiatan dalam lembar kerja fisioterapi</p> <p>Catatan Penting :</p> <p>Fisioterapis menghentikan tindakan pemberian terapi jika selama pemberian terapi pasien mengalami kondisi yang memperburuk keadaan</p>
REFERENSI	Kuswardani, K., Amanati, S., & Yudhanto, N. U. (2018). Pengaruh Infrared, Ultrasound Dan Terapi Latihan Pada Faciitis Plantaris. <i>Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi</i> , 2(1), 77–86. https://doi.org/10.33660/jfrwhs.v2i1.50

Lampiran 5 Cek plagialisme

CEK PLAGIARISM

Nama : Ambar Kurniawati

NIM : 109120029

Judul : Aplikasi *Infra Red Radiating* dan *Mc. Kenzie Exercise* pada *Low Back Pain et causa Hernia Nucelus Pulposus*

