

KARYA TULIS ILMIAH

***APLIKASI *INFRA RED RADIATING* DAN
MYOFASCIAL RELEASE PADA KONDISI
*MYOFASCIAL PAIN M. TRAPEZIUS****



HERSA SAFIR ZAHRAN

**PROGRAM STUDI D III FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
2023**

KARYA TULIS ILMIAH

***APLIKASI *INFRA RED RADIATING* DAN
MYOFASCIAL RELEASE PADA KONDISI
*MYOFASCIAL PAIN M. TRAPEZIUS****



HERSA SAFIR ZAHARAN

109120007

**PROGRAM STUDI D III FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
2023**

PRASYARAT GELAR

***APLIKASI *INFRA RED RADIATING* DAN
MYOFASCIAL RELEASE PADA KONDISI
*MYOFASCIAL PAIN M. TRAPEZIUS****

Karya Tulis Ilmiah untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya Fisioterapi Pada
Program Studi D III Fisioterapi Universitas Al-Irsyad Cilacap

HERSA SAFIR ZAHRAN

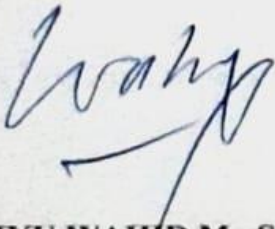
NIM : 109120007

**PROGRAM STUDI D III FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
2023**

Lembar Persetujuan Pembimbing

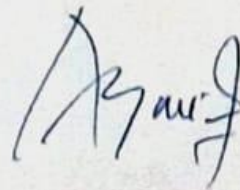
PENELITIAN KARYA TULIS ILMIAH INI TELAH DISETUJUI
PADA TANGGAL, 14 Maret 2023

Pembimbing I,



WAHYU WAHID M., SSt.FT., S.Ft., M.Or
NIP : 103 10 10 767

Pembimbing II,



TITIN KARTIYANI, SSt.S.Ft., M.Or
NIP : 103 10 07 607

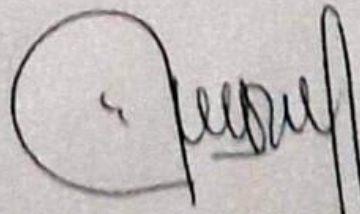
Mengetahui,

Dekan FIKES
Universitas Al-Irsyad Cilacap



SOHIMAH, S.St., M.Keb
NIP : 103 10 03 469

Ketua Program Studi Fisioterapi
Universitas Al-Irsyad Cilacap

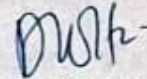


WISHNU SUBROTO, SSt.FT., S.Ft., M.Or
NIP : 103 10 08 635

Karya Tulis Ilmiah Telah Diuji dan
Dinilai oleh Panitia Penguji pada
Program Studi D III Fisioterapi Universitas Al-Irsyad Cilacap
Pada Tanggal 17 Maret 2023

Panitia Penguji Karya Tulis Ilmiah
Berdasarkan SK Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap,
Nomor : 3274/339.18/03.3.1.4
Tanggal : 17 Maret 2023

Ketua Penguji : Dwi Setiyawati,S.St.,M.Fis



Penguji I : Wahyu Wahid M.,S.ST.FT.,S.Ft.,M.Or



Penguji II : Titin Kartiyani, SSt,S.FT.,M.Or



Keaslian Penelitian

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Hersa Safir Zahran

NIM : 109120007

Alamat : Desa Rabak rt03/rw05, Kecamatan Kalimanah,
Kabupaten Purbalingga

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis ilmiah dengan judul
**“Aplikasi *Infra Red Radiating* dan *Myofascial Release* Pada Kondisi
Myofascial Pain M. Trapezius”** bukan merupakan suatu plagiat dari
karya tulis/skripsi/tulisan ilmiah manapun dan merupakan karya asli
penulis.

Demikian surat pernyataan ini penulis buat dengan sebenar benarnya

Cilacap, 10 Februari 2023

Hersa Safir Zahran

PRAKATA

Assalamualaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT atas karunia dan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “*APLIKASI INFRARED RADIATING DAN MYOFASCIAL RELEASE PADA KONDISI MYOFASCIAL PAIN M. TRAPEZIUS*”. Karya Tulis Ilmiah ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Fisioterapi (A.Md.Kes) pada program studi D III Fisioterapi Universitas Al-Irsyad Cilacap.

Bersama ini perkenalkanlah saya mengungkapkan terimakasih kepada yang terhormat :

1. Sarwa, AMK.,S.Pd.,M.Kes selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap yang telah memberikan ijin pengambilan data dalam Karya Tulis Ilmiah ini
2. Sohimah, S.ST.,M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
3. Wishnu Subroto, S.ST.FT.,S.Ft.,M.Or selaku Ketua Program Studi D III Fisioterapi yang selalu memberikan arahan terbaik untuk anak-anak D III Fisioterapi
4. Wahyu Wahid M., S.ST.Ft.,S.FT.,M.Or selaku pembimbing I dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan waktu, bimbingan, serta pemahaman
5. Titin Kartiyani, S.ST.,S.FT.,M.Or selaku pembimbing II dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan waktu serta bimbingan
6. Seluruh Dosen Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan, Staff, Petugas Laboratorium Fisioterapi dan Karyawan yang telah membantu proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah

7. Kedua orang tua saya dan keluarga besar yang telah membantu memberikan doa, semangat, dan memberikan penuh kasih sayang kepada saya sehingga dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan baik.

Wassalamualaikum Wr. Wb.

MOTTO

1. Tidak ada kata tidak mungkin untuk kita yang mau berusaha dan berdoa
2. Berbahagialah yang makan dari keringat sendiri, bersuka karena usahanya sendiri, dan maju karena pengalamannya sendiri
3. *Life is never flat*
4. Buktikan pada dunia bahwa dirimu pasti bisa
5. Bukan orang lain yang dapat merubahmu selain dirimu sendiri
6. Belajarlah segala sesuatu selagi kau mau dan mampu
7. Tantangan jangan jadikan sebagai beban melainkan jadikan cobaan
8. Rumah yang sebenarnya adalah orang yang membuat dirimu merasa nyaman dan tenang
9. Belajar menerima keadaan tanpa harus membenci kenyataan
10. *Support system* terbaik adalah dirimu sendiri bukan dia apalagi mereka

HALAMAN PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim,

Alhamdulillah, puji syukur atas segala nikmat yang Allah SWT berikan. Sholawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Agung Muhammad SAW. Karya Tulis Ilmiah ini penulis persembahkan untuk :

1. Kepada Allah SWT puji syukur penulis panjatkan sehingga dapat menjalankan perkuliahan dengan baik dan dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah
2. Kepada diriku sendiri Hersa Safir Zahran yang selalu penuh dengan rasa semangat tidak mengenal rasa lelah, selalu kuat, sabar sehingga dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik
3. Kepada orang tua ku Abah Windoko Heri Sasongko dan Umi Syafariah Rohmatun yang sangat saya sayangi, telah memberikan materi, doa yang selalu dipanjatkan dan restu yang tulus untuk anak-anaknya agar selalu diberikan kemudahan dan kelancaran dalam menuju kesuksesan
4. Kepada adik-adikku Azyaanu Safira Zahrani dan Aqeel Saher Safir Zahran yang telah memberikan doa, dukungan, dan semangat untuk ku
5. Kepada kekasihku Fella Dwi Astuti dan semua keluarga besar dibalik layarku yang selalu memberikan semangat sehingga saya bersemangat dalam menjalani kuliah dan mewujudkan mimpi
6. Kepada Bapak Wahyu Wahid Muttaqin, S.ST.Ft.,S.FT.,M.Or dan Ibu Titin Kartiyani, S.ST.Ft.,S.FT.,M.Or yang telah meluangkan waktu untuk membimbing serta memberikan arahan kepada saya
7. Kepada Bapak Wishnu Subroto, SST.FT.,S.FT.,M.Or , Bapak Arief Hendrawan, S.ST.,M.Fis , Ibu Dwi Setiyawati, S.ST.FT.,M.Fis , dan Ibu Khairunnisa, S.Fis.,M.K.M , yang telah memberikan ilmu selama kuliah yang belum pernah saya dapatkan sebelumnya
8. Untuk teman-teman kelas seperjuangan D III Fisioterapi, terimakasih telah menjadi keluarga, dan bagian dari setiap langkah perjuangan
9. Untuk Physio Boy Squad yang selalu mendukung, menghibur ku dalam suka duka selalu membuat tertawa selalu membantu saat dalam kondisi apapun.

DAFTAR ISI

COVER	i
PRASYARAT GELAR.....	ii
Lembar Persetujuan Pembimbing.....	iii
Karya Tulis Ilmiah Telah Diuji dan.....	iv
Keaslian Penelitian	v
PRAKATA	vi
MOTTO.....	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
INTISARI.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRACT	Error! Bookmark not defined.
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang	Error! Bookmark not defined.
1.2 Perumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Definisi.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Anatomi	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Etiologi Myofascial Pain M. Trapezius.	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Klasifikasi Nyeri	Error! Bookmark not defined.
2.1.4 Patofisiologi	Error! Bookmark not defined.
2.1.5 Tanda dan Gejala	Error! Bookmark not defined.
2.1.6 Faktor Resiko	Error! Bookmark not defined.

2.2 Modalitas Fisioterapi	Error! Bookmark not defined.
2.3 Kerangka Berfikir	Error! Bookmark not defined.
BAB III PELAKSANAAN STUDI KASUS	Error! Bookmark not defined.
3.1 Pengkajian Fisioterapi	Error! Bookmark not defined.
3.1.1 Anamnesis	Error! Bookmark not defined.
3.1.2 Pemeriksaan Fisik	Error! Bookmark not defined.
3.1.3 Pemeriksaan Spesifik	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3.3 Skala Spasme.....	Error! Bookmark not defined.
3.1.4 Diagnosa Fisioterapi.....	Error! Bookmark not defined.
3.1.5 Perencanaan Tindakan Fisioterapi	Error! Bookmark not defined.
3.1.6 Tindakan Fisioterapi.....	Error! Bookmark not defined.
3.2 Pelaksanaan Terapi.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.1 Terapi ke-1 pada tanggal 28 Januari 2023.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.2 Terapi ke-2 pada tanggal 29 Januari 2023.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.3 Terapi ke-3 pada tanggal 4 Februari 2023.....	Error! Bookmark not defined.
3.2.4 Terapi ke-4 pada tanggal 5 Februari 2023.....	Error! Bookmark not defined.
3.3 Hasil Terapi Akhir	Error! Bookmark not defined.
BAB IV PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
4.1 Uraian Umum.....	Error! Bookmark not defined.
4.2 Problematika Fisioterapi.....	Error! Bookmark not defined.
4.3 Hasil Pelaksanaan Terapi.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V PENUTUP	Error! Bookmark not defined.
5.1 Simpulan	Error! Bookmark not defined.
5.2 Saran	Error! Bookmark not defined.
5.2.1 Bagi Institusi	Error! Bookmark not defined.
5.2.2 Bagi Fisioterapi.....	Error! Bookmark not defined.
5.2.3 Bagi Teman Sejawat	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

LAMPIRAN **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pemeriksaan Gerak Aktif	26
Tabel 3.2 Pemeriksaan Gerak Pasif	26
Tabel 3.3 Pemeriksaan Gerak Melawan Tahanan	26
Tabel 3.4 Skala Spasme	31
Tabel 3.5 Evaluasi <i>Visual Analog Scale</i>	48
Tabel 3.6 Evaluasi <i>Spasme</i>	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>M. Trapezius</i>	8
Gambar 2.2 Lapisan <i>Fascia</i>	10
Gambar 2.3 Modalitas <i>Infra Red Radiating</i>	18
Gambar 2.4 <i>Myofascial Release</i>	19
Gambar 2.5 Kerangka berfikir	20
Gambar 3.1 Pemeriksaan <i>Spurling Test</i>	28
Gambar 3.2 Pemeriksaan <i>Compression Test</i>	29
Gambar 3.3 Pemeriksaan <i>Distraction Test</i>	29
Gambar 3.4 <i>Visual Analog Scale</i>	30
Gambar 4.1 Evaluasi Pengukuran Nyeri dengan VAS	50
Gambar 4.2 Evaluasi Pengukuran <i>Spasme</i> Otot Menggunakan Skala <i>Spasme</i>	51
Gambar 4.3 Bagan mekanisme <i>IRR</i> terhadap penurunan nyeri.....	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Pernyataan Pasien	59
Lampiran 2 <i>curriculum vitae</i>	60
Lampiran 3 Hasil Tindakan Fisioterapi	61
Lampiran 4 Dokumentasi	62
Lampiran 5 Cek Plagiarisme	68

DAFTAR SINGKATAN

IRR	: <i>Infra Red Radiating</i>
VAS	: <i>Visual Analog Scale</i>
M.	: <i>Muscle</i>
Max.	: <i>Maximal</i>