

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN *ISCHEMIC COMPRESSION TECHNIQUE* TERHADAP PENURUNAN NYERI *MYOFASCIAL TRIGGER POINT* *SYNDROME* OTOT *UPPER TRAPEZIUS* PADA PEGAWAI MANEJERIAL RS UMM

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Kesehatan Pada Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu
Kesehatan Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan
RS DR. Soepraoen Kesdam V/ Brawijaya



OLEH :
LUTFI ARDI FIRMANSYAH
NIM. 218059AJ

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN
RS DR. SOEPRAOEN KESDAM V / BRAWIJAYA
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN *ISCHEMIC COMPRESSION* TERHADAP
PENURUNAN NYERI *MYOFASCIAL TRIGGER POINT SYNDROME*
OTOT *UPPER TRAPEZIUS* PADA PEGAWAI MANEJERIAL RS UMM**

OLEH :
LUTFI ARDI FIRMANSYAH
NIM. 218059AJ

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing
Pada Tanggal : 05 Desember 2022

Pembimbing I



Achmad Fariz., S.Ft.,Ftr.,M.Fis
NIDN.0717028304

Pembimbing II



Dr. Rachma Putri Kasimbara, M.Pd
NIDN.0727128702

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

Pengaruh Pemberian *Ischemic Compression Technique* Terhadap
Penurunan Nyeri *Myofascial Trigger Point Syndrome* Otot *Upper*
Trapezius pada Pegawai Manajerial RS UMM

OLEH :
Lutfi Ardi Firmansyah
NIM. 218059AJ

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam seminar Program Sarjana
Pada tanggal : 08 Desember 2022

Panitia Penguji,

Tanda Tangan

Ketua : Yohanes Deo Fau, S.Ft.,Physio.,M.H (.....)

Anggota I : Achmad Fariz, S.Ft.,Ftr.,M.Fis (.....)

Anggota II : Dr. Rachma Putri Kasimbara, M.Pd (.....)

Mengetahui,
Dekan Fakultas Institut Teknologi, Sains dan Kesehatan

Amin Zakaria, S.Kep., M.Kes
NIDN. 0703077604

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Lutfi Ardi Firmansyah

NIM : 218059AJ

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa proposal berjudul "**Pengaruh Pemberian Ischemic Compression Technique Terhadap Penurunan Nyeri Myofascial Trigger Point Syndrome Otot Upper Trapezius pada Pegawai Manajerial RS UMM**" adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam proposal tersebut diberi tanda citasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya proposal ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa **pencabutan proposal** dan gelar yang saya peroleh dari proposal tersebut.

Malang, 28 Juni 2022

Yang membuat pernyataan



Lutfi Ardi Firmansyah

NIM. 218059AJ

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas segala berkat dan anugerah-Nya yang telah dilimpahkan, sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal dengan judul : **“Pengaruh Pemberian Ischemic Compression Technique Terhadap Penurunan Nyeri Myofascial Trigger Point Syndrome Otot Upper Trapezius pada Pegawai Manajerial RS UMM”**.

Penelitian Proposal ini mendasarkan pada pemberian ischemic compression technique terhadap penurunan nyeri myofascial trigger point syndrome otot upper trapezius pada pegawai manajerial RS UMM. Proposal ini merupakan karya ilmiah yang disusun dalam upaya untuk menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) Fisioterapi pada Fakultas Ilmu Kesehatan Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS DR. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya.

Penulis sangat berterimakasih kepada Bapak Achmad Fariz., S.Ft.,Ftr.,M.Fis selaku Pembimbing I, Ibu Dr.Rachma Putri Kasimbara., M.Pd, selaku Pembimbing II, atas segala perhatian dan bimbingannya serta arahan-arahan yang diberikan kepada penulis dalam upaya menyelesaikan proposal ini.

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya penulis sampaikan kepada :

1. Bapak Arief Efendi, S.MPh,SH.(Adv), S.Kep., Ners., MM., M.Kes., selaku Rektor Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS DR. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya;
2. Bapak Amin Zakaria, S.Kep. Ns., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan;
3. Bapak Sartoyo, S.Sos., M.Kes., selaku Ketua Program Studi Sarjana Fisioterapi;
4. Seluruh Staf Pengajar Prodi Program Studi Sarjana Fisioterapi
5. Bapak Prof.Dr.dr Djoni Djunaedi, Sp.PD, KPTI sebagai direktur RS UMM atas ijin dan support yang diberikan pada penulis, untuk melanjutkan study dan penelitian di RS UMM.
6. Semua temanku S1 Fisioterapi alih jenjang Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS DR. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya angkatan 2022 dan pihak yang membantu serta mendukung dalam rangka penyusunan karya tulis ilmiah ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Atas kesediaannya penulis belajar di Fakultas Ilmu Kesehatan. Tidak lupa mengucapkan banyak terimakasih kepada para responden yang telah memberikan bantuan data dan informasi selama pelaksanaan penelitian lapangan.

Harapan penulis semoga laporan hasil penelitian Proposal ini bisa bermanfaat bagi pembaca dan berguna bagi pengembangan ilmu

Kesehatan, khususnya Program Studi S1 Fisioterapi yang berorientasi pada pemecahan masalah fungsi dan gerak tubuh.

Malang, 30-November-2022

Penulis

Lutfi Ardi Firmansyah



ABSTRAK

Lutfi Ardi Firmansyah, 2022, The Effect of Ischemic Compression Technique on reducing Myofascial Trigger Point Syndrome pain in the Upper Trapezius muscle in managerial employees of UMM Hospital, Achmad Fariz., S.Ft.,Ftr.,M.Fis. (pembimbing I), Dr.Rachma Putri Kasimbara., M.Pd. (pembimbing II).

Work is one of the tasks that people perform every day. For example, working in a static position at a computer for a long time can cause muscle stress. In addition, work ergonomics is not good when the individual performs work in front of a computer device where the computer screen is lower than the keyboard, giving the head to always look down, and with poor posture, such as forward head position, shoulder elevation and neck deviation. Sitting still while working and workplace design that is not in accordance with the ergonomics of the worker and the same activity continuously will cause pain, which mainly occurs in the neck and shoulder area (Fariz et al., 2022) all of these behaviors, if carried out continuously for a long time, can cause discomfort and tension in the neck and back. Even this can lead to the appearance of complaints, which can later reduce the individual's performance. (Makmuriyah & Sugijanto, 2013).

Objective: *The Ischemic Compression Approach is a safe and effective technique for pain relief in myofascial conditions. The purpose of assessing the effect of Ischemic Compression Technique on reducing*

Myofascial Trigger Point Syndrome Upper Trapezius muscle pain in UMM Hospital managerial staff

Methods: *This study is classified as a comparative quantitative study, including statistical data processing by comparing or looking for differences between before and after therapy. The population in this study were managerial employees of UMM Hospital with complaints of neck pain in the last 1 month of the July 2022 period at UMM Hospital with a total sample of 30 respondents using Wilcoxon Test data analysis*

Results: *The results of the analysis showed that the significance value of the Wilcoxon Test was $0.000 < \alpha$ ($\alpha = 0.05$), meaning that there was an effect of Ischemic Compression Technique on reducing Myofascial Trigger Point Syndrome pain in the Upper Trapezius muscle in managerial employees of UMM Hospital*

Conclusion: *1) The value of pain before administration of the Ischemic Compression Technique obtained an average value of 1.37 with a minimum value of 1 and a maximum value of 2 and a standard deviation value of 0.490 2) The value of pain after administration of the Ischemic Compression Technique obtained an average value of 0.40 with a minimum value of 0 and a maximum value of 1 and a standard deviation value of 0.498 3) There is an effect of Ischemic Compression Technique on reducing Myofascial Trigger Point Syndrome Upper Trapezius muscle pain in managerial staff of UMM Hospital*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penulisan.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	6
1.5 Penelitian Terdahulu.....	6
Bab 2 Tinjauan Pustaka	11
2.1 Landasan Teori	11
2.1.1 Anatomi Terapan dan Fungsional Cervical	11
A. Anatomi Cervical	11
B. Myologi.....	12
C. Anatomi dan Fungsional Otot Trapezius	14
D. Cervical Joint.....	15
2.2 Nyeri	18
A. Pengertian Nyeri	18
B. Fisiologi Nyeri.....	18
C. Mekanisme Nyeri	18
D. Mekanisme Nyeri Myofascial Pain Syndrome Upper Trapezius...20	
2.2.1 Pemeriksaan Nyeri Menggunakan VAS	23
2.3 Myofascial Upper Trapezius Syndrome	24
2.3.1 Tanda dan Gejala Myofascial Upper Trapezius Syndrome	25
2.3.2 Etiologi	26
A. Faktor Mekanik.....	26
B. Trauma Makro pada Struktur Myofascial.....	26
C. Trauma Mikro pada Struktur Myofascial.....	27
D. Degenerasi pada Otot	27
2.4 Ischemic Compression.....	28
2.4.1 Definisi	28
2.4.2 Mekanisme Ischemic Compression	28

2.4.3 Metode	29
2.4.4 Frekuensi	30
BAB 3 KERANGKA PENELITIAN DAN HIPOTESIS	31
3.1 Kerangka Berpikir	31
3.2 Kerangka Konsep	32
3.3 Hipotesis	33
BAB IV METODE PENELITIAN	34
4.1 Rancangan Penelitian	34
4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	35
4.3 Penentuan Sumber Data	35
A. Populasi	35
B. Sampel	35
C. Tehnik Sampling	35
4.4 Variabel Penelitian	37
A. Variabel Penelitian	37
B. Definisi Operasional	37
4.5 Instrument Penelitian	42
4.6 Prosedur Penelitian	43
4.7 Teknik Analisa Data	44
A. Uji Normalitas	45
B. Uji Homogenitas	45
C. Uji Komparatif	45
4.8 Etika Penelitian	46
A. Sukarela	46
B. Informed Consent	47
C. Anonymity	47
D. Confidentiality	48
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	52
5.5 Pembahasan	57
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	64
6.1 Kesimpulan	64
6.2 Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
Tabel 4.1	Definisi Operasional.....	38
Tabel 5.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	49
Tabel 5.2	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	49
Tabel 5.3	Data Uji Normalitas Nilai Nyeri Sebelum Pemberian ICT	50
Tabel 5.4	Data Uji Normalitas Nilai Nyeri Sesudah Pemberian ICT	51
Tabel 5.5	Identifikasi Nyeri Sebelum Pemberian ICT.....	52
Tabel 5.6	Identifikasi Nyeri Sesudah Pemberian ICT.....	52
Tabel 5.7	Pengaruh Pemberian ICT	53



DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
Gambar 2.1	Anatomi Cervical	11
Gambar 2.2	Otot Upper Trapezius	14
Gambar 2.3	Ligament Cervical	17



