

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan, maka dapat diperoleh kesimpulan:

1. Identifikasi nilai nyeri sebelum pemberian *Ischemic Compression Technique* terhadap *Myofascial Trigger Point Syndrome* otot *Upper Trapezius* pegawai manajerial RS UMM diperoleh nilai rerata sebesar 1,37 dengan nilai minimum 1 dan nilai maksimum 2 serta nilai standart deviasi 0,490
2. Identifikasi nilai nyeri setelah pemberian *Ischemic Compression Technique* terhadap *Myofascial Trigger Point Syndrome* otot *Upper Trapezius* pegawai manajerial RS UMM diperoleh nilai rerata sebesar 0,40 dengan nilai minimum 0 dan nilai maksimum 1 serta nilai standart deviasi 0,498
3. Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai signifikansi *Wilcoxon Test* adalah $0,000 < \alpha$ ($\alpha = 0,05$), artinya ada pengaruh pemberian *Ischemic Compression Technique* terhadap penurunan nyeri *Myofascial Trigger Point Syndrome* otot *Upper Trapezius* pada pegawai manajerial RS UMM.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi praktisi

Diharapkan para praktisi untuk menjadikan hasil penelitian ini menjadi sumber referensi dan bahan ajar dan bagi pengembangan

keilmuan fisioterapi baik bagi fisioterapis yang bekerja di berbagai fasilitas layanan kesehatan. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan untuk menggunakan jumlah subyek yang lebih besar sehingga data-data yang didapatkan jauh lebih valid.

5.2.2 Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan referensi di perpustakaan di ITSK dr Soepraoen Malang agar dapat mengetahui pengaruh pemberian *Ischemic Compression Technique* terhadap penurunan nyeri *Myofascial Trigger Point Syndrome* otot *Upper Trapezius*.

5.2.3 Bagi Masyarakat

Masyarakat diharapkan untuk meningkatkan pengetahuan dengan melakukan konsultasi kepada tenaga kesehatan mengenai pentingnya pemberian *ischemic compression technique* terhadap penurunan nyeri *myofascial trigger point syndrome* otot *upper trapezius*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aguilera, F. J. M., Martín, D. P., Masanet, R. A., Botella, A. C., Soler, L. B., & Morell, F. B. (2009). Immediate Effect of Ultrasound and Ischemic Compression Techniques for the Treatment of Trapezius Latent Myofascial Trigger Points in Healthy Subjects: A Randomized Controlled Study. *Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics*, 32(7), 515–520.
- Amanina, A. (2015). *Perbedaan Pengaruh Ischemic Compression Technique Dan Self Myofascial Release Terhadap Kemampuan Fungsional Pada Myofascial Trigger Point Syndrome Otot Upper Trapezius*. 1–12.
- Amin, K., Nyeri, P., Nyeri, P., Adam, N., Khoirunnisa, N., & Novitasari, R. W. (n.d.). *Teknik-Assessment Nyeri Related papers*.
- Atmadja, A. S. (2016). Sindrom Nyeri Myofasial. *Cdk*, 43(3), 176–179.
- Bai, Y., Wang, Y., Chen, B., Qin, Y., Lei, Q., Zhao, H., Lu, J., Fan, Q., Wang, Y., Song, H., Cheng, M., Wang, W., Hu, S., Du, Y. H., & Xia, T. (2020). Stuck-moving needle acupuncture myofascial trigger point to treat idiopathic frozen shoulder: study protocol for a randomized controlled trial. *Trials*, 21(1), 1–14.
- Buana, N. M., Purnawati, S., Sugijanto, Satriyasa,... - Google Cendekia. (n.d.). Retrieved June 19, 2022
- Dommerholt, J., Bron, C., & Franssen, J. (2013). Myofascial Trigger Points: An Evidence-Informed Review.
- Donnelly, J. M. (2019). *Travell, Simons & Simons' myofascial pain and dysfunction : the trigger point manual*. xxvii, 935 pages.
- Duyur Çakit, B., Genç, H., Altuntaş, V., & Erdem, H. R. (2009). Disability and related factors in patients with chronic cervical myofascial pain. *Clinical Rheumatology* 2009 28:6, 28(6), 647–654.
- Fatmawati, V. 2013. *Penurunan Nyeri Dan Disabilitas...* - Google Cendekia. (n.d.). Retrieved June 19, 2022
- Gazbare, P., Palekar, T., & Rathi, M. (2014). Comparison of ultrasound and ischaemic compression on latent trigger point in upper trapezius. *International Journal of Pharma and Bio Sciences*, 5(4), B635–B642.
- Gore, G. N. (2017). *I nternational J ournal of A llied M edical S ciences and C linical R esearch (IJAMSCR)*. 5(1), 209–216.
- Immediate effect of ultrasound and ischemic compression techniques for the treatment of trapezius latent myofascial trigger points in healthy subjects: a randomized controlled study*. (n.d.). Retrieved June 17, 2022

Mada, U. G. (2013). *Perbedaan pengaruh pemberian*. 1–13.

Makmuriyah, & Sugijanto. (2013). Iontophoresis Diclofenac Lebih Efektif Dibandingkan Ultrasound Terhadap Pengurangan Nyeri Pada Myofascial. *Jurnal Fisioterapi*, 13(April 2013), 17–32.

Muscolino, J. E. (2013). *Advanced treatment techniques for the manual therapist: neck*. 281.

PENURUNAN DERAJAT NYERI MENGGUNAKAN COLLAR PADA KASUS CERVICAL CYNDROME | Zubaidi | Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan. (n.d.). Retrieved June 19, 2022

Priantara, I. M. D., Winaya, I. M. N., & Muliarta, I. M. (2015). Kombinasi Strain Counterstrain Dan Infrared Sama Baik Dengan Kombinasi Contract Relax Stretching Dan Infrared Terhadap Penurunan Nyeri Myofascial Pain Syndrome Otot Upper Trapezius Pada Mahasiswa Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana 11. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 3(Vol 3 No 1 (2015)), 1.

Tsabita, R., Aktifah, N., & Sunyiwara, A. S. (2021). Pengaruh Kombinasi Ischemic Compression Dan Stretching Pada Myofascial Pain Syndrome Otot Upper Trapezius. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 2(1), 47–53.

Wibowo, A.T. 2013. Kombinasi Strain Conterstrain... - Google Cendekia. (n.d.). Retrieved June 19, 2022

le Cendekia. (n.d.). Retrieved June 19, 2022

Zakiah, A, 2015 nyeri - Google Cendekia. (n.d.). Retrieved June 19, 2022,

Zannah, M., Septian, R., Siahaan, T., Jehaman, I., & Bintang, S. S. (2020). Pengaruh Pemberian Ischemic Compression Dan Stretching Untuk Mengurangi Nyeri Myofascial Trigger Point Otot Upper Trapezius Pada Pegawai Klaim Bpjs Di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam Tahun 2020. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 3(1), 27–35.