

Lampiran 1

**Surat Persetujuan/Penolakan Medis
(Informed Consent)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama :
Usia :
Tahun :
Jenis kelamin :
Laki-laki/Perempuan :
Pekerjaan :
Alamat :
No. Tlp :

Dengan ini menyatakan bahwa saya telah diberikan penjelasan oleh peneliti tentang tujuan tindakan yang saya dapatkan selama proses penelitian ini sehingga saya bersedia dan setuju untuk menjadi sampel penelitian serta mengikuti proses penelitian sesuai dengan penjelasan yang diberikan oleh peneliti dalam penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian Wiliam Flexion dan Isometric Exercise Terhadap Perubahan Nyeri Pada Penderita LBP Myogenic di Centro Nasional Rehabilitasaun”. Demikian sirat pernyataan ini saya setuju tanpa ada paksaan dan untuk dapat digunakan dengan semestinya.

Dili,2022

Responden

(.....)

Lampiran 2

DATA RESPONDEN PENELITIAN

PENGARUH WILLIAM FLEXION EXERCISE DAN ISOMETRIC EXERCISE TERHADAP PERUBAHAN NYERI PENDERITA LOW BACK PAIN MIO GENIK PADA PASIEN DI CENTRO NASIONAL REHABILITASAUN CNR DILI TIMOR LEST

Identitas Responden :

No	Nama Pasien/Responden	Jenis Kelamin	Usia	Berat Badan	Pekerjaan
1	Ny.SF	P	47	63	IRT
2	Ny.MS	P	35	65	IRT
3	Ny.DA	P	52	60	IRT
4	Ny.EM	P	43	70	IRT
5	Ny.ST	P	54	58	IRT
6	Ny.AM	P	47	68	IRT
7	Ny.MF	P	55	59	PNS
8	Ny.SN	P	48	65	IRT
9	Tn.SP	L	53	75	PNS
10	Ny.EA	P	38	64	IRT
11	Tn.IW	L	43	65	Swasta
12	Tn.RM	L	48	75	Wiraswasta
13	Ny.NK	L	49	78	Wiraswasta
14	Ny.SW	P	53	62	IRT
15	Ny.SP	P	49	67	IRT
16	Ny.MS	P	35	55	IRT
17	Ny.LS	P	52	68	IRT
18	Tn.PY	L	49	77	Swasta
19	Ny.FR	P	35	61	Wiraswasta
20	Ny.NA	P	53	72	IRT
21	Ny.FR	P	35	61	Wir
22	Ny.NA	P	53	72	IRT

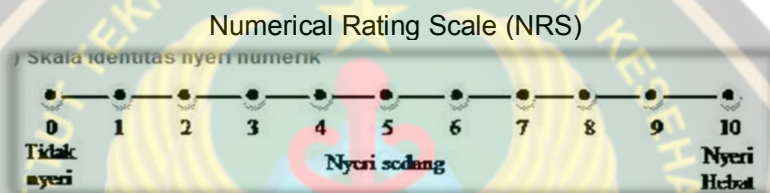
Ket :

- * Isi identitas pasien sesuai dengan data yang terjadi pada tiap individu.
- * Nama pasien boleh menggunakan inisial

Lampiran 3

**PROSEDUR PEMERIKSAAN NYERI PADA PASIEN
(PRE-TEST)**

1. Pasien merupakan subjek/responden penelitian yang telah memenuhi kriteria untuk mengikuti tes.
2. Pasien mengisi identitas diri sesuai yang telah disediakan oleh peneliti.
3. Pasien melakukan gerakan membungkukkan badan hingga membentuk sudut 90° (90 derajat) dengan pengulangan sebanyak 3 kali.
4. Setelah melakukan gerakan tersebut (pada no.3) pasien akan menilai seberapa jauh derajat rasa sakit (nyeri) yang dirasakan sesuai kriteria Numerical rating Scale (NRS) berikut:
 - 0 = Tidak Nyeri (TN)
 - 1-3 = Nyeri Ringan (NR)
 - 4-6 = Nyeri Sedang (NS)
 - 7-9 = Nyeri Berat (NB)
 - 10 = Nyeri Sangat Berat (NSB)



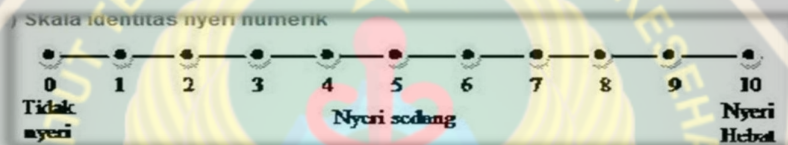
No	Inisial Responden	Tingkat Rasa Nyeri	
		Nilai	Kriteria
1	Ny.SF	5	NS
2	Ny.MS	3	NR
3	Ny.DA	6	NS
4	Ny.EM	4	NS
5	Ny.ST	3	NR
6	Ny.AM	6	NS
7	Ny.MF	5	NS
8	Ny.SN	6	NS
9	Tn.SP	5	NS
10	Ny.EA	2	NR
11	Tn.IW	5	NS
12	Tn.RM	3	NR
13	Ny.NK	6	NS
14	Ny.SW	4	NS
15	Ny.SP	6	NS
16	Ny.MS	5	NS
17	Ny.LS	6	NS
18	Tn.PY	4	NS
19	Ny.FR	3	NR
20	Ny.NA	4	NS
21	Ny.FR	3	NR
22	Ny.NA	4	NS

Lampiran 4

**PROSEDUR PEMERIKSAAN NYERI PADA PASIEN
(POST-TEST)**

1. Pasien telah mendapatkan Tindakan William Flexion
2. Pasien telah menyelesaikan Latihan Isometric selama 1 bulan (8 pertemuan).
3. Pasien kembali melakukan gerakan membungkukkan badan hingga membentuk sudut 90° (90 derajat) dengan pengulangan sebanyak 3 kali.
4. Klasifikasikan kembali dan tulis hasil penilaian dari seberapa jauh derajat rasa sakit (nyeri) yang dirasakan sesuai kriteria Numerical rating scale (NRS) berikut:
 - 0 = Tidak Nyeri (TN)
 - 1-3 = Nyeri Ringan (NR)
 - 4-6 = Nyeri Sedang (NS)
 - 7-9 = Nyeri Berat (NB)
 - 10 = Nyeri Sangat Berat (NSB)

Numerical rating Scale (NRS)



No	Inisial Responden	Tingkat Rasa Nyeri	
		Nilai	Kriteria
1	Ny.SF	3	NR
2	Ny.MS	0	TN
3	Ny.DA	3	NR
4	Ny.EM	1	NR
5	Ny.ST	0	TN
6	Ny.AM	3	NR
7	Ny.MF	2	NR
8	Ny.SN	3	NR
9	Tn.SP	2	NR
10	Ny.EA	0	TN
11	Tn.IW	1	NR
12	Tn.RM	0	TN
13	Ny.NK	3	NR
14	Ny.SW	0	TN
15	Ny.SP	2	NR
16	Ny.MS	2	NR
17	Ny.LS	3	NR
18	Tn.PY	1	NR
19	Ny.FR	0	TN
20	Ny.LS	3	NR
21	Ny.NA	4	NS
22	Tn.PY	1	NR

Lampiran 5

HASIL OUTPUT OLAH DATA MENGUNAKAN APLIKASI SPSS

Jenis_Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Perce
Valid	Laki-Laki	6	25,0	25,0	25,
	Perempuan	16	75,0	25,0	100,0
	Total	22	100,0	100,0	

Usia

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	30-35 Tahun	3	15,0	15,0	15,0
	36-40 Tahun	1	5,0	5,0	20,0
	41-45 Tahun	2	10,0	10,0	30,0
	46-50 Tahun	8	35,0	35,0	65,0
	51-55 Tahun	8	35,0	35,0	100,0
	Total	22	100,0	100,0	

Berat_Badan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	50-55 Kg	1	5,0	5,0	5,0
	51-60 Kg	4	15,0	15,0	20,0
	61-65 Kg	7	35,0	35,0	55,0
	66-70 Kg	5	20,0	20,0	75,0
	71-80 Kg	5	25,0	25,0	100,0
	Total	22	100,0	100,0	

Pekerjaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IRT	14	65	65,0	65,0
	PNS	2	10	10,0	75,0
	Swasta	3	10	10,0	85,0
	Wiraswasta	3	15	15,0	100,0
	Total	22	100	100,0	

Uji Pired t-test

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Pre_Test	4.55	22	1.276	.285
	Post_Test	1.65	22	1.348	.302

Paired Samples Correlations

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Pre_Test & Post_Test	22	.791	.000

Paired Samples Test

		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair	Pre_Test -	2.900	.852	.191	2.501	3.299	15.21	19	.000

Lampiran 6

LEMBAR KONSULTASI PROPOSAL DAN PENULISAN SKRIPSI**Program Studi : S1 Fisioterapi**

Nama Mahasiswa : Jorge Noronha Tilman

NIM : 218071AJ

Dosen Pembimbing 1 : Yohanes Deo Fau, S.FT,PSIO.,M.H

Judul Skripsi : Pengaruh William Flexion Exercise Dan Isometric Exercise Terhadap Perubahan Nyeri Penderita Low Back Pain Mio Genik Pada Pasien Di Centro Nasional Rehabilitasaun CNR Dili Timor Leste

No	Materi Bimbingan	Tanggal	Paraf/TTd
Proposal			
1	Mengajukan judul ke Dosen Pembimbing	Selasa/11-1-2022	
2	Mengajukan BAB 1 ke Dosen Pembimbing 1	Selasa/1-2-2022	
3	Koreksi BAB 1 ke Dosen Pembimbing 1	Selasa/08-2-2022	
4	Mengajukan BAB 2 ke Dosen Pembimbing 1	Kamis/07-4-2022	
5	Koreksi BAB 1-2 oleh Dosen Pembimbing 1	Sabtu/21-5-2022	
6	Mengajukan BAB 3-4 ke Dosen Pembimbing 1	Senin/13-6-2022	
7	Mengajukan revisi BAB 3-4 ke Dosen Pembimbing 1	Senin/20-6-2022	
8	Koreksi BAB 1-4 ke dosen pembimbing 1	Kamis/23 -6-2022	
Skripsi			
1	Mengajukan BAB 5-6 ke Dosen Pembimbing 1	Sabtu/26-11-2022	
2	Mengajukan format jurnal ke Dosen Pembimbing 1	Minggu/27-11-2022	

LEMBAR KONSULTASI PROPOSAL DAN PENULISAN SKRIPSI

Program Studi : S1 Fisioterapi

Nama Mahasiswa : Jorge Noronha Tilman
 NIM : 218071AJ
 Dosen Pembimbing 1 : Yohanes Deo Fau, S.FT,PSIO.,M.H
 Judul Skripsi : Pengaruh William Flexion Exercise Dan Isometric Exercise Terhadap Perubahan Nyeri Penderita Low Back Pain Mio Genik Pada Pasien Di Centro Nasional Rehabilitasaun CNR Dili Timor Leste

No	Materi Bimbingan	Tanggal	Paraf/TTd
Proposal			
1	Konsul Judul ke dosen Pembimbing 2	Selasa/11-1-2022	
2	Mengajukan revisi Bab 1 ke Dosen Pembimbing 2	Selasa/1-2-2022	
3	Mengajukan revisi BAB 1-2 ke Dosen Pembimbing 2	Selasa/08-2-2022	
4	Konsul BAB 3 oleh Dosen Pembimbing 2	Kamis/07-4-2022	
5	Koreksi BAB 3 oleh Dosen Pembimbing 2	Sabtu/21-5-2022	
6	Konsul BAB 4 oleh Dosen Pembimbing 2	Senin/13-6-2022	
7	Koreksi BAB 4 oleh Dosen Pembimbing 2	Senin/20-6-2022	
8	Koreksi BAB 1-4 oleh dosen pembimbing 2	Kamis/23 -6-2022	
Skripsi			
1	Mengajukan BAB 5-6 ke Dosen Pembimbing 2	Sabtu/26-11-2022	
2	Mengajukan format jurnal ke Dosen Pembimbing 2	Minggu/27-11-2022	

Lampiran 7

CURICULUM VITAE PENELITI

Jorge Noronha Tilman dilahirkan tanggal 15 Pebruari 1986 di Same Timor Leste, anak ke tujuh dari pasan gan Bapak Fransisco Zelio Tilman (Alm) dan Ibu Isabel Da Silva Oliveira.

Pendidikan Dasar dan Menengah diselesaikan di Kota Same. Tamat Pendidikan Dasar di SDK pada tahun 1999. Tamat SMPK 2002 dan tamat SMA 28 Novembro tahun 2005.

Setelah lulus dari Sekolah Menengah Atas, penulis melanjutkan pendidikan di D3- Fisioterapi Politeknik Kesehatan Surakarta

Pada tahun 2015, penulis mulai bekerja Centro Nasional Rehabilitasaun sebagai fisioterapis hingga sekarang. Setelah 5 tahun mengabdikan, penulis melanjutkan pendidikan tingkat Strata-I (S-1) di Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS Dr Soepraoen Kesdam V/Brawijaya Malang yang merupakan perguruan tinggi di bawah naungan TNI-AD dengan jurusan S1 Fisioterapi dan lulus pada tahun 2023.

Selain aktif bekerja di Centro Nasional, penulis juga aktif di berbagai kegiatan Khususnya Fisioterapi. Penulis berharap semua ilmu dan pengalaman yang di dapat, berguna untuk masyarakat sekitar dan dapat terus dikembangkan.