

## DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M. *et al.* 2022 “Gambaran Karakteristik Fraktur Radius Dital di RSUD Abdul Wahab Sjahranie Samarinda Tahun 2017-2019,” *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 4(2), hal. 161–167.
- American Society for Surgery of the Hand 2024 *Wrist Joints*. Tersedia pada: <https://www.assh.org/handcare/safety/joints#Wrist> (Diakses: 11 Februari 2024).
- Andreyani, L. dan Bhakti, W. K. 2023 “VALIDITAS SKALA UKUR NYERI VISUAL ANALOG AND NUMERIK RANTING SCALES (VANRS) TERHADAP PENILAIAN NYERI VALIDITY OF ANALOG AND NUMERICAL VISUAL PAIN MEASURING SCALES (VANRS) AGAINST PAIN ASSESSMENT,” *JAMBURA JOURNAL OF HEALTH SCIENCE AND RESEARCH*, Vol. 5 No., hal. 730–736.
- Candela, V. *et al.* 2022 “Epidemiology of distal radius fractures : a detailed survey on a large sample of patients in a suburban area,” *Journal of Orthopaedics and Traumatology*. doi: 10.1186/s10195-022-00663-6.
- Fitroca dan Prasetyo, E. B. 2015 “PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KONDISI POST FRAKTUR COLLES 1/3 DISTAL DEKSTRA dengan MODALITAS,” hal. 40–50.
- Gidion, H., Sugianto, J. P. dan Betty, P. 2023 “Penerapan Kerangka Acuan Biomekanik Pada Kasus Fraktur Distal Radius Ulna Dalam Kemandirian Membungkus Makanan,” *JURNAL FISIOTERAPI TERAPAN INDONESIA*, 2(1). doi: 10.7454/jfti.v2i1.1049.
- Handinata, I., HS, S. A. S. dan Inayati, A. 2024 “PENERAPAN TEKNIK RELAKSASI GENGAM JARI TERHADAP SKALA NYERI PADA PASIEN POST OPERASI FRAKTUR DI RUANG BEDAH KHUSUS RSUD JENDERAL AHMAD YANI METRO APPLICATION,” *Jurnal Cendikia Muda*, 4(September), hal. 407–415.
- Harahap, V. *et al.* 2022 “TEKNIK RADIOGRAFI OS HUMERUS DENGAN KASUS FRAKTUR 1/3 DISTAL HUMERUS DI INSTALASI RADIOLOGI RUMAH SAKIT EFARINA ETAHAM BERASTAGI KABUPATEN KARO TAHUN 2022,” *Pionir LPMM Universitas Asuhan*, 7(1).
- Jamaludin, D. J., Kusumaningsih, D. K. dan Prasetyo, H. P. 2022 “Efektifitas Rom Pasif terhadap Tonus Otot Pasien Post-Operasi Fraktur Ekstremitas di Kecamatan Bekri Lampung Tengah,” *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(10), hal. 3627–3639. doi: 10.33024/jkpm.v5i10.7329.

**Adhimas Wicaksana, 2024**

**PELAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS POST OPERASI PELEPASAN ORIF FRAKTUR RADIUS DISTAL DEXTRA DENGAN MODALITAS MICROWAVE DIATHERMY (MWD), ULTRASOUND (US) DAN TERAPI LATIHAN**

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, D3 Fisioterapi

[[www.upnvj.ac.id](http://www.upnvj.ac.id)–[www.libraryupnvj.ac.id](http://www.libraryupnvj.ac.id)–[www.repository.ac.id](http://www.repository.ac.id)]

- Jones, O. 2020 *Bones of the Hand: Carpals, Metacarpals and Phalanges, Teach Me Anatomy*. Tersedia pada: <https://teachmeanatomy.info/upper-limb/bones/bones-of-the-hand-carpals-metacarpals-and-phalanges/> (Diakses: 8 Februari 2024).
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia 2019 “PEDOMAN NASIONAL PELAYANAN KEDOKTERAN PENATALAKSANAAN FRAKTUR,” *KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA NOMOR HK.01.07/MENKES/270/2019*, hal. 1–143.
- Kurniawan, R. *et al.* 2023 “PROGRAM FISIOTERAPI PADA KASUS ISCHIALGIA BILATERAL ET CAUSA,” *Jurnal Ilmiah Fisioterapi (JIF) Vol 3, 3(1)*.
- Mumtazah, N. dan Djawas, F. A. 2020 “Hold Relax dan Passive Stretching Efektif Dalam Meningkatkan Kemampuan Fungsional Pada Pasien Post-Gips Fracture Tibial Plateau Dextra Jurnal Ilmiah Fisioterapi (JIF) Volume 03 Nomor 02 Agustus 2020 Hold Relax dan Passive Stretching Efektif Dalam Mening,” *Jurnal Ilmiah Fisioterapi (JIF) Volume, 03(August)*. doi:10.36341/jif.v3i2.1397.
- Muqsith, A. 2018 “ANATOMI DAN BIOMEKANIKA SENDI SIKU DAN PERGELANGAN TANGAN,” *UNIMAL PRESS*.
- Nashrah, O. N. dan Marros, A. Y. 2022 “Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Post Orif Fracture 1/3 Distal Radius: A Case Report Olga,” *Journal of Health and Therapy, 2(1)*, hal. 26–34.
- Pattisiana, N. H., Markus, P. dan Pattiselano, S. R. 2021 “KAJIAN ANTROPOMETRI PENGRAJIN TENUN IKAT KHAS MALUKU,” *JURNAL SIMETRIK, 11(2)*, hal. 495–503.
- Putri, A. K. *et al.* 2021 “Efektifitas Terapi Latihan (Free Active Movement dan Resisted Active Movement) dalam Menambah *Range of Motion* pada Pasien Osteoarthritis Genu Dextra,” *Physio HS Physiotherapy Health Science, 3(Desember)*, hal. 67–69.
- Ratimaya, H. B., Santoso, T. B. dan Abdurrasyid 2023 “MANAGEMENT FISIOTERAPI PADA KASUS POST OP TFCC (TRIANGULAR FIBRO CARTILLAGES COMPLEX) SINISTRA DI KLINIK ARA PHYSIOTHERAPY TANGERANG Oleh,” *Journal of Innovation Research and Knowledge, 2(12)*, hal. 4543–4552.
- Rosadi, R., Ningsih, F. dan Wardajo, S. S. I. 2022 “Penatalaksanaan fisioterapi terhadap kasus multipel fraktur,” *Physio Move Journal, 1(2)*, hal. 32–37.

- Rosadi, R., Wardoyo, S. S. I. dan Algifari, M. F. 2022 “Jurnal Ilmiah Fisioterapi (JIF) Volume 05 Nomor 1 Februari 2022 Penatalaksanaan Fisioterapi Kasus Lower back pain e . c Spondylosis Lumbal ; Jurnal Ilmiah Fisioterapi (JIF) Volume 05 Nomor 1 Februari 2022,” *Jurnal Ilmiah Fisioterapi (JIF)*, 05, hal. 15–20.
- Sari, A. dan Rakasiwi, A. M. 2022 “PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KONDISI POST OPEN REDUCTION INTERNAL FIXATION (ORIF) FRAKTUR 1/3 DISTAL RADIUS SINISTRA DENGAN MODALITAS INFRARED (IR) DAN TERAPI LATIHAN DI RSUD BENDAN KOTA,” *Jurnal Keperawatan Mandira Cendikia*, 1(2), hal. 57–65.
- Setyaningratri, Y. dan Komalasari, D. R. 2022 “Management Of Physiotherapy In Case Of Post Orif Distal Humerus Fracture Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus Post Orif Fraktur Humerus Distal,” *URECOL University Research Colloquium*, hal. 935–939.
- Sudharma, N. G. A. P. K. dan Ekawiratnaya, I. G. 2019 “PREVALENSI FRAKTUR RADIUS DISTAL PADA LANSIA DI RSUP SANGLAH DENPASAR TAHUN 2013-2014 Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Bagian Ilmu Bedah Orthopaedi dan Traumatologi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana FakultasKed,” *MEDIKA UDAYANA*, 8(10).
- Susanti, N. dan Damayanti, R. T. 2023 “PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA POST OP ORIF FRAKTUR 1/3 RADIUS DISTAL SINISTRA DENGAN MODALITAS INFRA RED (IR) DAN TERAPI LATIHAN,” *Jurnal Ilmiah Fisioterapi Muhammadiyah*, 3(1).
- Tsauroh, M. F. dan Pompey, C. S. 2023 “PENERAPAN ELEVASI KAKI 20 DERAJAT PADA PASIEN MULTIPLE FRAKTUR EKSTREMITAS BAWAH POST-ORIF TERHADAP PENINGKATAN PERFUSI PERIFER,” *Indonesian Journal of Health Development*, 5(2), hal. 73–79.
- Wijonarko dan Putra, H. J. 2023 “PENERAPAN PROSES PERAWATAN PADA PASIEN RAKTUR RADIUS DISTAL DEXRA DI RUANGAN KUTILANG,” *Jurnal Keperawatan Bunda Delima*, 5(1), hal. 57–64.
- Yuan, Z. Z. *et al.* 2018 “Complications following open reduction and internal fixation versus external fixation in treating unstable distal radius fractures : Grading the evidence through a meta-analysis,” *Orthopaedics & Traumatology: Surgery & Research*, 104(1), hal. 95–103. doi: 10.1016/j.otsr.2017.08.020.

## RIWAYAT HIDUP



Nama : Adhimas Wicaksana  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Tanggal Lahir : Tangerang, 14 Mei 2003  
Agama : Islam  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Alamat : Graha Batavia Perum Taman Walet Blok GWC 1 No. 39  
Kec. Pasar Kemis Kab. Tangerang Prov. Banten 15560  
No. Telp : 081387630120  
Email : adhimaswicaksana39@gmail.com  
Nama Orang Tua  
Ayah : Jaka Ismanta  
Ibu : Ida Mardiningsih

### PENDIDIKAN FORMAL

1. TK AR - Rahmadiyah : 2008 - 2009
2. SDN Kutabumi 3 & 4 : 2010-2015
2. SMPN 4 Pasar Kemis : 2016-2018
3. SMKN 9 Kota Tangerang : 2019-2021
4. Perguruan Tinggi Negeri Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta  
Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga  
(Terdaftar tahun 2021)

## **PENGALAMAN ORGANISASI**

1. Anggota ekstrakurikuler Paskibra SMP 4 Pasar Kemis
2. Anggota ekstrakurikuler Paskibra SMKN 9 Kota Tangerang
3. Anggota Himpunan Mahasiswa Fisioterapi Program Diploma Tiga Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta

## **PENGALAMAN PRAKTEK KOMPREHENSIF**

1. Praktek Dasar Fisioterapi di Rumah Sakit Dr. Suyoto Pusrehab Kemhan.
2. Praktek Klinis Fisioterapi di Rumah Sakit Setia Mitra.
3. Praktek Klinis Fisioterapi di Yayasan Ramah Cerebral Palsy (RCP) Bogor.
4. Praktek Klinis Fisioterapi di Ria Pembangunan Cibubur.
5. Praktek Klinis Fisioterapi di RS Paru Dr. M. Goenawan Partowidigdo.
6. Praktek Klinis Fisioterapi di RSUD Cengkareng.
7. Praktek Klinis Fisioterapi di Evolution Wellnes.
8. Praktek Klinis Fisioterapi di Rumah Sakit Dr. Suyoto Pusrehab Kemhan.

FORMULIR INFORMED CONSEND

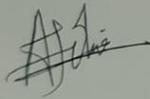
PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS POST OPERASI PELEPASAN  
ORIF FRAKTUR RADIUS 1/3 DISTAL DENGAN MODALITAS MWD, ULTRASOUND  
DAN TERAPI LATIHAN

Dengan ini, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Eti Ekowati  
Umur : 62 tahun  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Tempat, Tanggal Lahir :  
No. Telp : 0811 878 0569

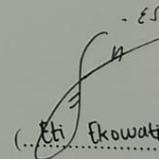
Menyatakan bahwa bersedia untuk mengikuti kegiatan penelitian setelah mendapatkan penjelasan terlebih dahulu dari peneliti dengan penuh kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun. Data yang diperoleh dari penelitian ini akan bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan ilmiah. Apabila responden menginginkan, responden boleh memutuskan keluar atau tidak berpartisipasi dalam penelitian ini tanpa harus menyampaikan alasan apapun

Peneliti



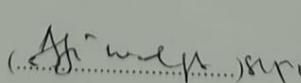
Adhimas Wicaksana

Jakarta, 16 Januari 2024  
Responden

- 85  
  
(.....Eti Ekowati.....)

Mengetahui

Saksi

  
  
(.....Adhimas Wicaksana.....)

## Lampiran 2

### Dokumentasi Kegiatan



Pemberian Modalitas *Microwave Diathermy* (MWD)



Pemberian Modalitas *Ultrasound*



Pemberian Latihan *Free Active Exercise*



Pemberian Latihan *Resisted Active Movements*



Pemberian Latihan *Force Pasive Movements*



Pemberian Latihan *Strengthening Exercise*

**SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Adhimas Wicaksana

NIM : 2110702036

Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Dengan ini menyatakan bahwa judul karya tulis ilmiah "Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kasus Post Operasi Pelepasan ORIF Fraktur Radius Distal Dextra dengan Modalitas Microwave Diathetmy (MWD), Ultrasound (US) dan Terapi Latihan" benar bebas dari plagiarisme dengan skor 19% apabila pernyataan ini terbukti tidak benar, saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku.

Dosen Pembimbing

Jakarta, 12 Juli 2024



Heri Wibisono, AMd.FT, S.Pd, M.Si, AIFO



Adhimas Wicaksana

Adhimas Wicaksana

2110702036

Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kasus Post Operasi Pelepasan *ORIF Fraktur Radius Distal Dextra* dengan Modalitas *Microwave Diathermy (MWD)*, *Ultrasound (US)* dan Terapi Latihan.

## KTI Adhimas

## ORIGINALITY REPORT

<b>19%</b>	<b>19%</b>	<b>3%</b>	<b>%</b>
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

## PRIMARY SOURCES

<b>1</b>	<b>eprints.uwhs.ac.id</b> Internet Source	<b>4%</b>
<b>2</b>	<b>eprints.ums.ac.id</b> Internet Source	<b>2%</b>
<b>3</b>	<b>bajangjournal.com</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>4</b>	<b>journal.um-surabaya.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>5</b>	<b>repository.unikal.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>6</b>	<b>123dok.com</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>7</b>	<b>repositori.uin-alauddin.ac.id</b> Internet Source	<b>1%</b>
<b>8</b>	<b>idoc.pub</b> Internet Source	<b>&lt;1%</b>
<b>9</b>	<b>repository.urecol.org</b> Internet Source	<b>&lt;1%</b>

10	<a href="http://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
11	<a href="http://docplayer.info">docplayer.info</a> Internet Source	<1 %
12	<a href="http://id.scribd.com">id.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
13	<a href="http://text-id.123dok.com">text-id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
14	<a href="http://jurnal.unej.ac.id">jurnal.unej.ac.id</a> Internet Source	<1 %
15	<a href="http://pdfcoffee.com">pdfcoffee.com</a> Internet Source	<1 %
16	<a href="http://dokumen.tips">dokumen.tips</a> Internet Source	<1 %
17	<a href="http://eprints.poltekkesjogja.ac.id">eprints.poltekkesjogja.ac.id</a> Internet Source	<1 %
18	<a href="http://www.secangkirterapi.com">www.secangkirterapi.com</a> Internet Source	<1 %
19	<a href="http://oktifiyan13.blogspot.com">oktifiyan13.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
20	<a href="http://docobook.com">docobook.com</a> Internet Source	<1 %
21	<a href="http://perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id">perpustakaan.poltekkes-malang.ac.id</a> Internet Source	<1 %

22	<a href="http://repository.poltekkes-kdi.ac.id">repository.poltekkes-kdi.ac.id</a> Internet Source	<1 %
23	<a href="http://pt.scribd.com">pt.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
24	<a href="http://quizlet.com">quizlet.com</a> Internet Source	<1 %
25	<a href="http://es.scribd.com">es.scribd.com</a> Internet Source	<1 %
26	<a href="http://journal-mandiracendikia.com">journal-mandiracendikia.com</a> Internet Source	<1 %
27	<a href="http://siat.ung.ac.id">siat.ung.ac.id</a> Internet Source	<1 %
28	<a href="http://jurnal.polanka.ac.id">jurnal.polanka.ac.id</a> Internet Source	<1 %
29	<a href="http://repository.uki.ac.id">repository.uki.ac.id</a> Internet Source	<1 %
30	<a href="http://www.readbag.com">www.readbag.com</a> Internet Source	<1 %
31	<a href="http://jurnal.unikal.ac.id">jurnal.unikal.ac.id</a> Internet Source	<1 %
32	<a href="http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id">repository.poltekkes-denpasar.ac.id</a> Internet Source	<1 %
33	<a href="http://edoc.site">edoc.site</a> Internet Source	<1 %

34	<a href="http://id.unionpedia.org">id.unionpedia.org</a> Internet Source	<1%
35	<a href="http://jurnal.fk.unand.ac.id">jurnal.fk.unand.ac.id</a> Internet Source	<1%
36	<a href="http://repository.upnvj.ac.id">repository.upnvj.ac.id</a> Internet Source	<1%
37	<a href="http://st281689.sitekno.com">st281689.sitekno.com</a> Internet Source	<1%
38	<a href="http://www.haikudeck.com">www.haikudeck.com</a> Internet Source	<1%
39	<a href="http://vdocuments.site">vdocuments.site</a> Internet Source	<1%
40	<a href="http://jurnal.dccpringsewu.ac.id">jurnal.dccpringsewu.ac.id</a> Internet Source	<1%
41	<a href="http://wahyupalguna.blogspot.com">wahyupalguna.blogspot.com</a> Internet Source	<1%
42	Septiana Kurniasari, Fauzan Humaidi, Ida Sofiyati. "PENGUNAAN ANTIBIOTIK OLEH PENDERITA INFEKSI SALURAN KEMIH DI INSTALASI RAWAT INAP (IRNA) 2 RSUD Dr. H. SLAMET MARTODIRDJO PAMEKASAN TAHUN 2018", Jurnal Ilmiah Farmasi Attamru, 2020 Publication	<1%
43	<a href="http://wahyuwahid.wordpress.com">wahyuwahid.wordpress.com</a> Internet Source	<1%

44	<a href="http://www.thefreelibrary.com">www.thefreelibrary.com</a> Internet Source	<1 %
45	<a href="http://eprints.unm.ac.id">eprints.unm.ac.id</a> Internet Source	<1 %
46	<a href="http://media.neliti.com">media.neliti.com</a> Internet Source	<1 %
47	<a href="http://obatherbalbatuk.com">obatherbalbatuk.com</a> Internet Source	<1 %
48	Handrehabilitation, 2013. Publication	<1 %
49	<a href="http://conference.undana.ac.id">conference.undana.ac.id</a> Internet Source	<1 %
50	<a href="http://elearning.medistra.ac.id">elearning.medistra.ac.id</a> Internet Source	<1 %
51	<a href="http://ia600703.us.archive.org">ia600703.us.archive.org</a> Internet Source	<1 %
52	<a href="http://repo.unand.ac.id">repo.unand.ac.id</a> Internet Source	<1 %
53	<a href="http://thariz.blogspot.com">thariz.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
54	<a href="http://tmnobatbermanfaat.blogspot.com">tmnobatbermanfaat.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
55	<a href="http://abdifisio.wordpress.com">abdifisio.wordpress.com</a> Internet Source	<1 %

56	<a href="http://aganunik.blogspot.com">aganunik.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
57	<a href="http://cmsbak.dailysocial.id">cmsbak.dailysocial.id</a> Internet Source	<1 %
58	<a href="http://core.ac.uk">core.ac.uk</a> Internet Source	<1 %
59	<a href="http://ebin.pub">ebin.pub</a> Internet Source	<1 %
60	<a href="http://emedicine.dev01.medscape.com">emedicine.dev01.medscape.com</a> Internet Source	<1 %
61	<a href="http://id.123dok.com">id.123dok.com</a> Internet Source	<1 %
62	<a href="http://igaputrid.blogspot.com">igaputrid.blogspot.com</a> Internet Source	<1 %
63	<a href="http://journal.piksi.ac.id">journal.piksi.ac.id</a> Internet Source	<1 %
64	<a href="http://ktikebidanankeperawatan.wordpress.com">ktikebidanankeperawatan.wordpress.com</a> Internet Source	<1 %
65	<a href="http://qdoc.tips">qdoc.tips</a> Internet Source	<1 %
66	<a href="http://repositori.usu.ac.id">repositori.usu.ac.id</a> Internet Source	<1 %
67	<a href="http://rohmatchemistry.staff.ipb.ac.id">rohmatchemistry.staff.ipb.ac.id</a> Internet Source	<1 %

68	stay-control.xyz Internet Source	<1 %
69	www.bajangjournal.com Internet Source	<1 %
70	zombiedoc.com Internet Source	<1 %
71	bagussmustika.blogspot.com Internet Source	<1 %
72	digilib.unisayogya.ac.id Internet Source	<1 %
73	lailafajrirlarni.blogspot.com Internet Source	<1 %
74	Kadek Widiantari, Ni Made Dewianti. "PENGALAMAN IBU MULTIGRAVIDA BERSALIN DENGAN METODE GENTLE BIRTH DI KLINIK BUMI SEHAT KABUPATEN GIANJAR", JOMIS (Journal of Midwifery Science), 2021 Publication	<1 %
75	eprints.uny.ac.id Internet Source	<1 %

Exclude quotes Off  
Exclude bibliography Off

Exclude matches Off

Jakarta, 13 Mei 2024  
Mengetahui,  
Dosen Pembimbing :



Heri Wibisono, AMd.FT, S.Pd, M.Si, AIFO

**Lampiran 5***Wrist Hand Disability Index (WHDI)*

BAGIAN 1 : INTENSITAS NYERI	
PENILAIAN	SKOR
Tidak ada nyeri di pergelangan tangan	0
Ada nyeri ringan di pergelangan tangan bersifat intermitten (kadang-kadang)	1
Ada nyeri ringan di pergelangan tangan bersifat continue	2
Nyeri di pergelangan tangan bersifat konstan dan ada keterbatasan fungsional pada tangan dalam batas sedang	3
Nyeri di pergelangan tangan bersifat konstan dan ada keterbatasan fungsional pada tangan bersifat berat	4
Nyeri di pergelangan tangan bersifat konstan dan tidak dapat menggunakan tangannya untuk beraktivitas	5

BAGIAN 2 : RASA TEBAL-TEBAL DAN KESEMUTAN	
PENILAIAN	SKOR
Tidak ada rasa tebal-tebal dan kesemutan pada pergelangan tangan	0
Kadang-kadang merasa tebl-tebal dan kesemutan	1
Rasa tebal-tebal dan kesemutan dirasakan terus-menerus namun tidak mengganggu aktivitas tangannya	2
Rasa tebal-tebal dan kesemutan dirasakan terus-menerus namun tidak mengganggu aktivitas tangannya dalam batas sedang	3
Rasa tebal-tebal dan kesemutan dirasakan terus-menerus namun tidak mengganggu aktivitas tangannya dalam batas berat	4
Rasa tebal-tebal dan kesemutan dirasakan terus-menerus hingga tidak mampu menggunakan tangannya untuk beraktivitas	5

BAGIAN 3 : PERAWATAN DIRI	
PENILAIAN	SKOR
Dapat melakukan aktivitas perawatan diri tanpa gejala	0
Dapat melakukan aktivitas perawatan diri namun meningkatkan gejala yang ada	1
Tidak merasa nyaman dalam melakukan aktivitas perawatan diri, namun bisa dikerjakan pelan-pelan dan hati-hati	2
Melakukan sebagian aktivitas perawatan diri dengan tangan yang sakit dan kadang-kadang menggunakan tangan yang sehat	3
Melakukan sebagian aktivitas perawatan diri dengan tangan yang sakit dan namun sering menggunakan tangan yang sehat	4
Tidak mampu melakukan aktivitas perawatan diri menggunakan tangan yang sakit sehingga selalu menggunakan tangan yang sehat	5

BAGIAN 4 : KEKUATAN	
PENILAIAN	SKOR
Dapat mengangkat beban terberat tanpa ada gejala	0
Dapat mengangkat beban terberat, namun meningkatkan gejala yang ada	1
Gejala yang ada mencegah untuk mengangkat beban lebih dari sedang, misalkan mengangkat ember mengisi air	2
Gejala yang ada mencegah untuk mengangkat beban lebih dari ringan, misalkan mengangkat buku	3
Sering tidak mampu mengangkat beban yang ringan dikarenakan kelemahan pergelangan tangan	4
Menghindari mengangkat barang apapun dengan tangan yang sakit	5

BAGIAN 5 : TOLERANSI MENULIS ATAU MENGETIK	
PENILAIAN	SKOR
Mampu menulis/mengetik tanpa adanya gejala	0
Mampu menulis/mengetik namun meningkatkan gejala yang ada	1
Mampu menulis atau mengetik 31-60 menit sebelum gejala muncul	2
Mampu menulis atau mengetik 11-30 menit sebelum gejala muncul	3
Mampu menulis atau mengetik 10 atau menit sebelum gejala muncul	4
Tidak mampu menulis atau mengetik menggunakan tangan yang sakit	5

BAGIAN 6 : BEKERJA	
PENILAIAN	SKOR
Dapat melakukan pekerjaan tanpa adanya gejala	0
	1
Mampu melakukan pekerjaan seperti biasa namun tidak semuanya karena gejala yang ada	2
Karna gejala yang ada maka pekerjaan dilakukan seperti biasa	3
Karna gejala yang ada maka pekerjaan yang dilakukan dengan susah payah	4
Karna gejala yang ada maka tiak dapat melakukan pekerjaan	5

BAGIAN 7 : MENYETIR	
PENILAIAN	SKOR
Dapat menyetir tanpa gejala	0
Dapat menyetir tapi meningkatkan gejala yang ada	1
Dapat menyetir selama 31-60 menit sebelum gejala muncul	2
Dapat menyetir selama 11-30 menit sebelum gejala muncul	3
Dapat menyetir selama 10 menit atau kurang sebelum gejala muncul	4
Tidak dapat menyetir sama sekali	5

Bagian 8 : TIDUR	
Penilaian	Skor
Tidak ada masalah dalam tidur	0
Tidur mengalami gangguan atau bangun sekali setiap tidur	1
Tidur mengalami gangguan atau bangun 2 kali setiap tidur	2
Tidur mengalami gangguan atau bangun 3 - 4 kali setiap tidur	3
Tidur mengalami gangguan atau bangun 5 -6 kali setiap tidur	4
Tidur mengalami gangguan atau bangun 7 – 8 kali setiap tidur	5

BAGIAN 9 : PEKERJAAN RUMAH	
PENILAIAN	SKOR
Tidak ada kesulitan saat mengerjakan pekerjaan rumah	0
Dapat melakukan pekerjaan rumah namun butuh istirahat	1
Dapat melakukan pekerjaan rumah secukupnya	2
Dapat melakukan sebagian dari pekerjaan rumah	3
Dapat melakukan sebagian kecil dari pekerjaan rumah	4
Tidak dapat melakukan pekerjaan rumah karna gejala yang ada	5

BAGIAN 10 : REKREASI/OLAHRAGA	
PENILAIAN	SKOR
Dapat melakukan kegiatan rekreasi/olahraga tanpa gejala	0
Dapat melakukan beberapa kegiatan rekreasi/olahraga dengan muncul sedikit gejala di pergelangan tangan	1
Karna adanya gejala maka tidak semua kegiatan rekreasi/olahraga dapat dilakukan	2
Karna adanya gejala maka hanya dapat melakukan sedikit gerakan rekreasi/olahraga	3
Karna adanya gejala maka harus susah payah melakukan beberapa aktifitas rekreasi/olahraga	4
Karna adanya gejala maka tidak dapat melakukan aktifitas rekreasi/olahraga.	5

**Lampiran 6**  
*Tabel Muscle Manual Test (MMT)*

Nilai	0	Tidak ada kontraksi atau tonus otot.
Nilai	1	Meskipun ada kontraksi atau tonus otot, tidak ada gerakan.
Nilai	1 +	Dapat bergerak, tanpa melawan gravitasi, gerakan dengan kurang dari setengah ROM.
Nilai	2 -	Dapat bergerak, tanpa melawan gravitasi, gerakan lebih dari setengah ROM.
Nilai	2	Dapat bergerak, tidak dapat melawan gravitasi, gerakan <i>full</i> ROM.
Nilai	2 +	Dapat bergerak, melawan gravitasi, gerakan dengan kurang dari setengah ROM.
Nilai	3 -	Dapat bergerak, melawan gravitasi, gerakan dengan kurang dari setengah ROM.
Nilai	3	Dapat bergerak dengan <i>full</i> ROM dan dapat melawan gravitasi, gerakan <i>full</i> ROM.
Nilai	3 +	Dapat bergerak, dapat melawan gravitasi, dengan tahanan minimal, gerakan kurang dari setengah ROM.
Nilai	4 -	Dapat bergerak, dapat melawan gravitasi, dengan tahanan minimal, gerakan lebih dari setengah ROM.
Nilai	4	Dapat bergerak dengan <i>full</i> ROM, dapat melawan gravitasi, dan dapat melawan tahanan minimal.
Nilai	5	Dapat bergerak dengan <i>full</i> ROM, dapat melawan gravitasi, dan dapat melawan tahanan maksimal.