



UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

**TERAPI *ULTRASOUND* DAN *PASSIVE STRETCHING* UNTUK
MENGURANGI SPASME OTOT UPPER TRAPEZIUS**

KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

SEPTI TRI WIJAYANTI

1110702062

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

DIPLOMA III FISIOTERAPI

2014



UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

**TERAPI *ULTRASOUND* DAN *PASSIVE STRETCHING* UNTUK
MENGURANGI SPASME OTOT UPPER TRAPEZIUS**

KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Fisioterapi**

SEPTI TRI WIJAYANTI

1110702062

FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN

DIPLOMA III FISIOTERAPI

2014

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri
dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk
telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Septi Tri Wijayanti

NPM : 1110702062

Tanggal : 25 Juli 2014

Tanda Tangan :



PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
TUGAS AKHIR/SKRIPSI/TESIS UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini;

Nama : Septi Tri Wijayanti
NPM : 1110702062
Fakultas : Ilmu-ilmu Kesehatan
Program Studi : D-III Fisioterapi
Jenis Karya : Tugas Akhir/Skripsi/Tesis*

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

"Terapi *Ultrasound* dan *Passive Stretching* Untuk Mengurangi Spasme Otot Upper Trapezius".

Berserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir/Skripsi/Tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada Tanggal : 25 Juli 2014
Yang menyatakan,



(Septi Tri Wijayanti)

**TERAPI *ULTRASOUND* DAN *PASSIVE STRETCHING* UNTUK
MENGURANGI SPASME OTOT UPPER TRAPEZIUS**

Karya Tulis Ilmiah Akhir

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Fisioterapi

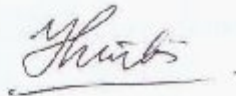
Disusun Oleh :

SEPTI TRI WJAYANTI

1110702062

Disetujui oleh :

Pembimbing



(HERI WIBISONO, SPd, Msi)

Mengetahui,

Kaprog D-III Fisioterapi

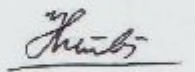


(SUPARNO, SMPH, SE, M.Fis)

PENGESAHAN

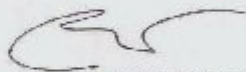
Diajukan oleh :
Nama : SEPTI TRI WIJAYANTI
NPM : 1110702062
Program Studi : Fisioterapi
Judul Skripsi : Terapi *Ultrasound* dan *Stretching* Untuk Mengurangi Spasme Otot Upper Trapezius.

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Fisioterapi pada Program Studi Fisioterapi, Fakultas Ilmu – Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.



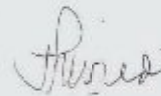
Heri Wibisono, M.Si

Penguji 1



Sarkosih, SST,FT,SPd,MKKK

Penguji 2



Dra. Sri Widayat Ismiyati, SST, Ft

Penguji 3



Desak Nurriyan Sitti, S.Kp, MARS

Dekan



Suparno, SMPH, SE, M.Fis

Ka.Prodi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 14 Juli 2014

TERAPI *ULTRASOUND* DAN *PASSIVE STRETCHING* UNTUK MENGURANGI SPASME OTOT UPPER TRAPEZIUS

(Septi Tri Wijayanti, 2014, 61 Halaman)

ABSTRAK

Seringkali kita menggunakan *notebook* dalam waktu yang relatif lama untuk menyelesaikan tugas-tugas, tanpa diselingi dengan istirahat. Pada kondisi ini disebut dengan aktifitas statis (monoton), yang menyebabkan kontraksi otot secara terus menerus sehingga dapat menimbulkan spasme pada otot. Spasme otot upper trapezius merupakan keadaan ketegangan dan kontraksi otot yang berlangsung terus menerus pada daerah otot tengkuk bagian atas, sehingga timbul rasa nyeri. Pada keadaan seperti ini dapat mengganggu aktifitas sehari-hari. Peningkatan emosional karena tugas-tugas yang harus segera diselesaikan juga dapat memicu terjadinya spasme pada otot tengkuk. Untuk mengatasi kondisi spasme pada otot upper trapezius, terapi *Ultrasound* dan *passive stretching* merupakan modalitas fisioterapi yang dapat diberikan untuk mengurangi spasme.

Kata kunci: aktifitas statis, spasme otot upper trapezius, peningkatan emosional, terapi *ultrasound* dan *passive stretching*.

ULTRASOUND THERAPY TO REDUCE AND PASSIVE STRETCHING UPPER TRAPEZIUS MUSCLE SPASM

(Septi Tri Wijayanti, 2014, 61 Pages)

ABSTRACT

Often we use the Notebook in a relatively long time to complete tasks, without having breaks. In a conditional called static activity (monotonous), which causes continuous muscle contraction that can cause spasms in the muscles. Upper trapezius muscle spasm is a state of tension and muscle contraction that takes place continuously at the top of neck muscles, causing pain. In these circumstances, it can interfere with daily activities. Increased emotional because of tasks that must be completed also can trigger a muscle spasm on the nape. To overcome spasm condition in the upper trapezius muscle, ultrasound therapy and passive stretching is Physiotherapy modalities that can be given to reduce spasm.

Keywords: static activity, spasm of the upper trapezius muscle, increase emotional, ultrasound therapy and passive stretching.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan alhamdulillah rabbil'alamin, puji syukur senantiasa penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpah Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini. Tak lupa shalawat serta salam penulis limpahkan kepada Nabi Muhammad SAW.

Laporan Tugas Akhir yang berjudul **“Terapi *Ultrasound* dan *Passive Stretching* Untuk Mengurangi Spasme Otot Upper Trapezius”** ini disusun dalam rangka diajukan untuk memenuhi sebagian syarat dalam memperoleh gelar Ahli Madya (A.Md) Fisioterapi.

Dalam kesempatan ini perkenankanlah penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr.Koesnadi Kardi,MRc.RCDS. selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
2. Ibu Desak Nyoman Sithi,S.Kp, MARS. selaku Dekan FIKES Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
3. Bapak Suparno,SMPH,SE,M.Fis selaku Kaprog Akademi Fisioterapi Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
4. Bapak Heri Wibisono, SPd.Msi selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, saran dan arahan materi laporan tugas akhir ini.
5. Para dosen dan staff Akademi Fisioterapi Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.
6. Bapak/Ibu kepala unit Rehabilitasi Medik serta staff Fisioterapi RSPAD Gatot Soebroto Jakarta Pusat, RSO Prof. DR. R. Soeharso Surakarta, Kitty Centre, RS Marinir Cilandak, RS POLRI Kramat Jati, YPAC Jakarta dan PUSKESMAS Pasar Minggu.
7. Untuk Ayah, Ibu, Suami, dan Anakku serta keluarga besar lainnya yang telah men-*support* penulis.
8. Untuk teman seperjuangan 2104, serta seluruh keluarga besar Kesdam Jaya, dan Puskes TNI yang telah memberikan dukungannya.
9. Teman kelompok B dan khususnya kelompok B1, serta sahabat-sahabat seperjuanganku dari D3 Fisioterapi UPN “Veteran” Jakarta, khususnya angkatan 2011.

10. Para pasien yang telah bersedia menjadi objek dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah Akhir ini masih jauh dari sempurna dan tidak lepas dari kekurangan dan kesalahan, mengingat keterbatasan pengalaman dan kemampuan penulis. Oleh karena itu segala kritik dan saran diterima oleh penulis dengan tangan terbuka guna kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah Akhir ini, dengan harapan semoga Karya Tulis Ilmiah Akhir yang sederhana ini dapat memberikan manfaat untuk kita semua, amiiin.

Jakarta, 25 Juli 2014

Penulis,

Septi Tri Wijayanti

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Septi Tri Wijayanti, beragama Islam, dilahirkan di Jakarta, 21 September 1984 dari Bapak Ismail dan Ibu Rodini. Penulis merupakan putri ketiga dari tiga bersaudara. Penulis sudah berkeluarga dengan suami bernama Edy Sukarna dan memiliki seorang putrid bernama Zerlina Atha Lebanis. Penulis tinggal di Jl. Dharma 15 No. 11 Rt. 005 Rw. 04 Kel. Baru Kec. Pasar Rebo Jakarta Timur 13780. No Telpon 087882574253. Riwayat pendidikan penulis SDN 011 PETANG GROGOL SELATAN JAKARTA, tamat tahun 1996. SMP NEGERI 66 JAKARTA, tamat tahun 1999. SPK KESDAM JAYA, tamat tahun 2002. Pada tahun 2011 penulis masuk Program Studi DIII Fisioterapi, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	3
I.3 Tujuan Penulisan	3
I.4 Terminologi Istilah	3
BAB II KAJIAN TEORI.....	5
II.1 Anatomi, fisiologi dan biomekanik leher	5
II.2 Spasme upper trapezius	12
II.3 Modalitas fisioterapi	15
II.4 Proses Fisioterapi	24
BAB III LAPORAN KASUS.....	34
III.1 Laporan Kasus Pertama	34
III.2 Laporan Kasus Kedua	41
III.3 Laporan Kasus Ketiga	48
BAB IV PEMBAHASAN	55
BAB V KESIMPULAN	59
DAFTAR PUSTAKA	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Tabel evaluasi	33
Tabel 2	Distribusi evaluasi kasus I	40
Tabel 3	Distribusi evaluasi kasus II	47
Tabel 4	Distribusi evaluasi kasus III	54
Tabel 5	Distribusi evaluasi sebelum dan sesudah terapi	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Cervical I	5
Gambar 2	Cervical II	6
Gambar 3	Cervical V dan VII	6
Gambar 4	Susunan vertebra cervical	7
Gambar 5	Struktur otot	8
Gambar 6	Otot tengkuk	10
Gambar 7	Passive stretching otot upper trapezius	23