

MODUL PRAKTIKUM



Universitas
Esa Unggul

MATA KULIAH

FISIOTERAPI OLAHRAGA

Tim Penyusun :

SyahmirzaIndraLesmana, SFT, SKM, M.Or

Muhammad ZIkra, S.Ft

Victor SieraNenga, S.Ft

PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI

FAKULTAS FISIOTERAPI

UNIVERSITAS ESA UNGGUL

Topik 1 : Praktek olahraga sebagai aktifitas overload

Definisi

Olahraga adalah aktifitas yang bersifat overload yang ditandai dengan adanya peningkatan denyut nadi mencapai target zone .

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang olahraga sebagai aktivitas yang overload
2. Mengetahui beban aktivitas olahraga

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran Praktek olahraga sebagai aktifitas overload adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

A. Buku teks:

a.

B. Majalah dan Jurnal

a.

C. Internet:

a.

D. Narasumber

a. Dosen mata kuliah

b. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi Olahraga

Sumber Daya

A. Sumber daya manusia

1. Dosen pemberi kuliah pengantar : 1 orang
2. Instruktur keterampilan : 2 orang

B. Sarana dan Prasarana

1. Ruang klinik fisioterapi
2. Ruang praktikum fisioterapi

+ Ruang Lingkup

Praktek olahraga sebagai aktivitas overload adalah peningkatan pemahaman mengenai beda aktivitas fisik dengan olahraga

+ Alat dan Kelengkapan

1. Stopwatch
2. Formulir Hasil Pengukuran
3. Alat tulis

+ Pelaksanaan

1. Persiapan alat

- 1) Menyiapkan lintasan lari .
- 2) Menyiapkan stopwatch

2. Persiapan mahasiswa

- 1) Makan 2 jam sebelum latihan
- 2) Memakai pakaian olahraga .

3. Pelaksanaan Praktek

- 1) Mahasiswa mengukur denyut nadi istirahat
- 2) Mahasiswa lati selama 12 menit dengan kecepatan sub maksimal.
- 3) Mahasiswa mengukur denyut nadi sesudah latihan
- 4) Denyut nadi harus mencapai target zone
- 5) Mahasiswa merasakan beda aktivitas fisik dengan olahraga

Pengendalian dan Pemantauan

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditanda tangani
2. Format penilaian olahraga adalah aktivitas overload yang telah ditanda tangani dan diberi nama jelas instruktur yang menilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi



Topik 2 : Asesmen Cidera Olahraga

Definisi

Asesmen cidera olahraga adalah tindakan pemeriksaan yang dilakukan untuk mengetahui cidera apa yang terjadi pada pasien dan menetapkan diagnose. Asesmen dilakukan dengan pendekatan manual terapi

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang prosedur pemeriksaan Asesmen cidera olahraga
2. Mengetahui proses asesmen cidera olahraga
3. Membantu menegakkan diagnosis fisioterapi
4. Membantu menentukan rencana tindakan terapi
5. Mengevaluasi keberhasilan/efektivitas program terapi
6. Meningkatkan motivasi dan semangat pasien dalam menjalani terapi.

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran praktikum asesmen cidera olahraga adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

- A. Buku teks:
 - a.
- B. Majalah dan Jurnal
 - a.
- C. Internet:
 - a.
- D. Narasumber

- c. Dosen mata kuliah
- d. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi pengukuran

Sumber Daya

- A. Sumber daya manusia
 - a. Dosen pemberi kuliah pengantar : 3 orang
 - b. Instruktur keterampilan : 3 orang
- B. Sarana dan Prasarana

1. Ruang klinik fisioterapi
2. Ruang praktikum fisioterapi

Ruang Lingkup

Asesmen cedera olahraga adalah proses asesmen meliputi pemeriksaan gerak pasif, aktif dan isometric serta palpasi dan tes khusus untuk menentukan diagnose cedera olahraga pada pasien

Alat dan Kelengkapan

1. Alat alat Asesmen
2. Formulir Hasil Asesmen
3. Staus Pasien

Pelaksanaan

1. Persiapan alat
 - 1) Menyiapkan meja/bed/kursi untuk pemeriksaan.
 - 2) Menyiapkan alat pencatat hasil asesmen
2. Persiapan terapis
 - 1) Membersihkan tangan sebelum melakukan pengukuran
 - 2) Melepas semua perhiasan/asesoris yang ada di tangan.
 - 3) Memakai pakaian yang bersih dan rapi.

3. Persiapan pasien

- 1) Mengatur posisi pasien yang nyaman, segmen tubuh yang diperiksa mudah dijangkau pemeriksa.
- 2) Segmen tubuh yang akan diperiksa bebas dari pakaian, tetapi secara umum pasien masih berpakaian sesuai dengan kesopanan

4. Pelaksanaan pemeriksaan

- 1) Mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan meminta persetujuan pasien secara lisan.
- 2) Melakukan Anamnesis kepadapasien
- 3) Melakukan pemeriksaan observasi dan inspeksi
- 4) Melakukan pemeriksaan gerak fungsional
- 5) Melakukan tes tes khusus
- 6) Melakukan palpasi
- 7) Melakukan proses berpikira algoritma dan evidence based
- 8) Menetapkan diagnosa

Pengendalian dan Pemantauan

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditandatangani
2. Format penilaian pemeriksaan fungsi motorik LGS yang telah ditandatangani dan diberi nama jelasin struktur yang menilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi

Topik 3 : Asesmen Fungsional pada Cidera Olahraga

Definisi

Asesmen fungsional cidera olahraga adalah tindakan pemeriksaan yang dilakukan untuk mengetahui kapan atlet bisa kembali keolahraga setelah cidera olahraga.

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang prosedur pemeriksaan Asesmen fungsional cidera olahraga
2. Mengetahui proses asesmen fungsional cidera olahraga
3. Membantu menegaskan diagnosis fisioterapi
4. Membantu menentukan rencana tindakan terapi
5. Mengevaluasi keberhasilan/efektivitas program terapi
6. Meningkatkan motivasi dan semangat pasien dalam menjalani terapi.

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran praktikum asesmen cidera olahraga adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

A. Buku teks:

a.

B. Majalah dan Jurnal

a.

C. Internet:

a.

D. Nara sumber

a. Dosen mata kuliah

- b. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi pengukuran

✚ Sumber Daya

A. Sumber daya manusia

- a. Dosen pemberi kuliah pengantar : 3 orang
- b. Instruktur keterampilan : 3 orang

B. Sarana dan Prasarana

- a. Ruang klinik fisioterapi

- b. Ruang praktikum fisioterapi

✚ Ruang Lingkup

Asesmen fungsional cedera olahraga adalah proses asesmen meliputi pemeriksaan fungsional dengan kemampuan lari dan lompat menentukan prognosa cedera olahraga pada pasien

✚ Alat dan Kelengkapan

1. Alat alat Asesmen
2. Formulir Hasil Asesmen
3. Status Pasien

✚ Pelaksanaan

1. Persiapan alat

- 1) Menyiapkan meja/bed/kursi untuk pemeriksaan.
- 2) Menyiapkan alat pencatat hasil asesmen

2. Persiapan terapis

- 1) Membersihkan tangan sebelum melakukan pengukuran
- 2) Melepas semua perhiasan/asesoris yang ada di tangan.
- 3) Memakai pakaian yang bersih dan rapi.

3. Persiapan pasien

- 1) Mengatur posisi pasien yang nyaman, segmen tubuh yang diperiksa mudah dijangkau pemeriksa.
- 2) Segmen tubuh yang akan diperiksa bebas dari pakaian, tetapi secara umum pasien masih berpakaian sesuai dengan kesopanan

4. Pelaksanaan pemeriksaan

- 1) Mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan meminta persetujuan pasien secara lisan.
- 2) Mempersiapkan hop tes
- 3) Melakukan hop test
- 4) Mencatat hasil
- 5) Menentukan kriteria

Pengendalian dan Pemantauan

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditandatangani
2. Format penilaian pemeriksaan fungsi motorik LGS yang telah ditandatangani dan diberi nama jelas struktur yang menilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi



Topik 4 : Asesmen Fungsional pada Cidera Olahraga

Definisi

Asesmen fungsional cidera olahraga adalah tindakan pemeriksaan yang dilakukan untuk mengetahui kapan atlet bisa kembali keolahraga setelah cidera olahraga.

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang prosedur pemeriksaan Asesmen fungsional cidera olahraga
2. Mengetahui proses asesmen fungsional cidera olahraga
3. Membantu menegaskan diagnosis fisioterapi
4. Membantu menentukan rencana tindakan terapi
5. Mengevaluasi keberhasilan/efektivitas program terapi
6. Meningkatkan motivasi dan semangat pasien dalam menjalani terapi.

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran praktikum asesmen cidera olahraga adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

A. Buku teks:

a.

B. Majalah dan Jurnal

a.

C. Internet:

a.

D. Nara sumber

e. Dosen mata kuliah

f. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi pengukuran

✚ Sumber Daya

A. Sumber daya manusia

- a. Dosen pemberi kuliah pengantar : 3 orang
- b. Instruktur keterampilan : 3 orang

B. Sarana dan Prasarana

1. Ruang klinik fisioterapi
2. Ruang praktikum fisioterapi

✚ Ruang Lingkup

Asesmen fungsional cedera olahraga adalah proses asesmen meliputi pemeriksaan fungsional dengan kemampuan lari dan lompat menentukan prognosa cedera olahraga pada pasien

✚ Alat dan Kelengkapan

1. Alat alat Asesmen
2. Formulir Hasil Asesmen
3. Status Pasien

✚ Pelaksanaan

1. Persiapan alat
 - 1) Menyiapkan meja/bed/kursi untuk pemeriksaan.
 - 2) Menyiapkan alat pencatat hasil asesmen
2. Persiapan terapis
 - 1) Membersihkan tangan sebelum melakukan pengukuran
 - 2) Melepas semua perhiasan/asesoris yang ada di tangan.
 - 3) Memakai pakaian yang bersih dan rapi.
3. Persiapan pasien
 - 1) Mengatur posisi pasien yang nyaman, segmen tubuh yang diperiksa mudah dijangkau pemeriksa.

- 2) Segmen tubuh yang akan diperiksa bebas dari pakaian, tetapi secara umum pasien masih berpakaian sesuai dengan kesopanan

4. Pelaksanaan pemeriksaan

- 1) Mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan meminta persetujuan pasien secara lisan.
- 2) Mempersiapkan hop tes
- 3) Melakukan hop test
- 4) Mencatat hasil
- 5) Menentukan kriteria

Pengendalian dan Pemantauan

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditandatangani
2. Format penilaian pemeriksaan fungsi motorik LGS yang telah ditandatangani dan diberi nama jelas struktur yang menilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi

Topik 5 : Asesmen Fungsional pada Cidera Olahraga

Cedera Ligamen Pergelangan Kaki (*Sprain Ankle*)

Definisi

Cedera ligamen pergelangan kaki merupakan cedera paling sering terjadi dengan mekanisme posisi sendi inversi dan lanjut fleksi. Mekanisme cedera ini akan merobek ligamen lateral pergelangan kaki. Robek ligamen talofibular anterior yang melekat dengan ligamen sisi medial akan menyebabkan sendi mengalami kekenduran (instabilitas) ke arah rotasi anterolateral (Petersen et al., 2013).

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang prosedur pemeriksaan Asesmen fungsional cidera olahraga
2. Mengetahui proses asesmen fungsional cidera olahraga
3. Membantu menegakkan diagnosis fisioterapi
4. Membantu menentukan rencana tindakan terapi
5. Mengevaluasi keberhasilan/efektivitas program terapi
6. Meningkatkan motivasi dan semangat pasien dalam menjalani terapi.

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran praktikum asesmen cidera olahraga adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

A. Buku teks:

a.

B. Majalah dan Jurnal

a.

C. Internet:

a.

D. Nara sumber

a. Dosen mata kuliah

a. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi pengukuran

✚ **Sumber Daya**

A. Sumber daya manusia

a. Dosen pemberi kuliah pengantar : 3 orang

b. Instruktur keterampilan : 3 orang

B. Sarana dan Prasarana

1. Ruang klinik fisioterapi

2. Ruang praktikum fisioterapi

✚ **Ruang Lingkup**

Asesmen fungsional cedera olahraga adalah proses asesmen meliputi pemeriksaan fungsional dengan kemampuan lari dan lompat menentukan prognosa cedera olahraga pada pasien

✚ **Alat dan Kelengkapan**

1. Alat alat Asesmen

2. Formulir Hasil Asesmen

3. Status Pasien

✚ **Pelaksanaan**

1. Persiapan alat

a. Menyiapkan meja/bed/kursi untuk pemeriksaan.

b. Menyiapkan alat pencatat hasil asesmen

2. Persiapan terapis

1) Membersihkan tangan sebelum melakukan pengukuran

2) Melepas semua perhiasan/aksesoris yang ada di tangan.

- 3) Memakai pakaian yang bersih dan rapi.
3. Persiapan pasien
 - 1) Mengatur posisi pasien yang nyaman, segmen tubuh yang diperiksa mudah dijangkau pemeriksa.
 - 2) Segmen tubuh yang akan diperiksa bebas dari pakaian, tetapi secara umum pasien masih berpakaian sesuai dengan kesopanan
4. Pelaksanaan pemeriksaan
 - 1) Mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan meminta persetujuan pasien secara lisan.
 - 2) Mempersiapkan hop tes
 - 3) Melakukan hop test
 - 4) Mencatat hasil
 - 5) Menentukan kriteria
5. Pemeriksaan Fisik
 - 3) Inspeksi
 - a. Posisi kaki lebih cenderung inversi suspek. Ligamen lateral injury
 - b. Posisi kaki lebih cenderung eversi dan dorsal fleksi susp. Sindesmosis
 - c. Oedema pada pergelangan kaki
 - 4) Pemeriksaan Fisik Berdasarkan Bukti
 - a. Antropometrik *figure 8*
 - b. Lingkup gerak sendi
 - c. Keseimbangan
 - d. *Manual Muscle Test (MMT)*
6. Evaluasi
 1. Pengukuran Objektif

FASE 1	FASE 2	FASE 3
a. VAS/NRS b. Antropometrik <i>figur 8</i>	a. Lingkup gerak sendi b. <i>Stork test (Melam et al., 2016)</i>	a. <i>Star Excursion Balance Test (SEBT) (Plisky et al., 2006, Gribble et al.,</i>

<p>c. Lingkup gerak sendi</p> <p>d. MMT</p> <p>e. <i>Functional Ankle Ability Measurement (FAAM), Cumberland Ankle Instability Tool (CAIT)</i>(Melam et al., 2016, Doherty et al., 2015, Doherty et al., 2016)</p>	<p>c. Kekuatan otot plantar fleksor, dorsal fleksor, evertor, dan invertor dengan dinamometer(Matheny et al., 2015)</p>	<p>2012)</p> <p>b. <i>HOP TEST</i>(Myers et al., 2014, Hegedus et al., 2015)</p> <p>c. <i>T-TEST DRILL</i>(Jeffriess et al., 2015, Nimphius et al., 2017)</p> <p>d. <i>HEXAGONAL TEST DRILL</i>(Jeffriess et al., 2015, Nimphius et al., 2017, Melam et al., 2016)</p>
--	---	--

2. Outcome Measures return to sport
 - a. tidak ada nyeri
 - b. kekuatan otot minimum 95%
 - c. hoptest minimum 95%
 - d. keseimbangan dinamis (SEBT) 95%

✚ Pengendalian dan Pemantauan

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditandatangani
2. Format penilaian pemeriksaan fungsi motorik LGS yang telah ditandatangani dan diberi nama jelasin struktur yang menilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi

Topik 6 :

Asesmen Fungsional pada Cidera Olahraga Chondromalasia Patella

Definisi

Kerusakan pada tulang rawan di bawah tempurung lutut yang disebabkan tidak seimbangnya kelompok otot quadriceps dan jaringan lunak penopang patela (Salehi-Abari et al., 2015)..

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang prosedur pemeriksaan Asesmen fungsional cidera olahraga
2. Mengetahui proses asesmen fungsional cidera olahraga
3. Membantu menegakkan diagnosis fisioterapi
4. Membantu menentukan rencana tindakan terapi
5. Mengevaluasi keberhasilan/efektivitas program terapi
6. Meningkatkan motivasi dan semangat pasien dalam menjalani terapi.

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran praktikum asesmen cidera olahraga adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

A. Buku teks:

a.

B. Majalah dan Jurnal

a.

C. Internet:

a.

D. Nara sumber

- g. Dosen mata kuliah
- h. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi pengukuran

Sumber Daya

- A. Sumber daya manusia
 - a. Dosen pemberi kuliah pengantar : 3 orang
 - b. Instruktur keterampilan : 3 orang
- B. Sarana dan Prasarana
 - 3. Ruang klinik fisioterapi
 - 4. Ruang praktikum fisioterapi

Ruang Lingkup

Asesmen fungsional cedera olahraga adalah proses asesmen meliputi pemeriksaan fungsional dengan kemampuan lari dan lompat menentukan prognosa cedera olahraga pada pasien

Alat dan Kelengkapan

- 1. Alat alat Asesmen
- 2. Formulir Hasil Asesmen
- 3. Status Pasien

Pelaksanaan

- 1. Persiapan alat
 - 1) Menyiapkan meja/bed/kursi untuk pemeriksaan.
 - 2) Menyiapkan alat pencatat hasil asesmen
- 2. Persiapan terapis
 - 1) Membersihkan tangan sebelum melakukan pengukuran
 - 2) Melepas semua perhiasan/asesoris yang ada di tangan.
 - 3) Memakai pakaian yang bersih dan rapi.
- 3. Persiapan pasien
 - 1) Mengatur posisi pasien yang nyaman, segmen tubuh yang diperiksa mudah dijangkau pemeriksa.

- 2) Segmen tubuh yang akan diperiksa bebas dari pakaian, tetapi secara umum pasien masih berpakaian sesuai dengan kesopanan

4. Pelaksanaan pemeriksaan

- 1) Mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan meminta persetujuan pasien secara lisan.
- 2) Mempersiapkan hop tes
- 3) Melakukan hop test
- 4) Mencatat hasil
- 5) Menentukan kriteria

5. Pemeriksaan Klinis

1. Evidence Base Clinical Practise (Bronstein and Schaffer, 2017)

- a. Patella apprehesion test
- b. Patella mobility test
- c. Q-angle 20°

6. Pemeriksaan fisik

1. Inspeksi

- a. Bengkak
- b. Nyeri saat naik turun tangga dan lompat

2. Pemeriksaan Fisik Berdasarkan Bukti

- a. Antropometrik lingkaran sendi lutut dan quadricep
- b. Stabilitas patela
- c. Mobilitas patela
- d. Lingkup gerak sendi
- e. Keseimbangan
- f. Kekuatan otot

7. Outcome Measurment

- a. Tidak ada nyeri
- b. Kekuatan otot minimum 95%
- c. Hoptest minimum 95%
- d. Keseimbangan dinamis (SEBT) 95%

Pengendalian dan Pemantauan

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditandatangani
2. Format penilaian pemeriksaan fungsi motorik LGS yang telah ditandatangani dan diberi nama jelasin struktur yang menilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi



Topik 7 :

Asesmen Cidera Olahraga

Jumpers Knee (Tendinitis Patella)

Definisi

Jumper's knee / Tendinitis patellaris adalah radang kronis pada tendon patela yang sering terjadi pada olahragawan dengan keahlian melompat akibat tegangan yang terus menerus pada tendon (Van der Worp et al., 2011, Larsson et al., 2012)

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang prosedur pemeriksaan Asesmen cidera olahraga
2. Mengetahui proses asesmen cidera olahraga
3. Membantu menegakkan diagnosis fisioterapi
4. Membantu menentukan rencana tindakan terapi
5. Mengevaluasi keberhasilan/efektivitas program terapi
6. Meningkatkan motivasi dan semangat pasien dalam menjalani terapi.

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran praktikum asesmen cidera olahraga adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

A. Buku teks:

a.

B. Majalah dan Jurnal

a.

C. Internet:

a.

D. Narasumber

- a. Dosen mata kuliah
- b. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi pengukuran

✚ Sumber Daya

A. Sumber daya manusia

- a. Dosen pemberi kuliah pengantar : 3 orang
- b. Instruktur keterampilan : 3 orang

B. Sarana dan Prasarana

- a. Ruang klinik fisioterapi
- b. Ruang praktikum fisioterapi

✚ Ruang Lingkup

Asesmen cedera olahraga adalah proses asesmen meliputi pemeriksaan gerak pasif, aktif dan isometric serta palpasi dan tes khusus untuk menentukan diagnose cedera olahraga pada pasien

✚ Alat dan Kelengkapan

1. Alat alat Asesmen
2. Formulir Hasil Asesmen
3. Staus Pasien

✚ Pelaksanaan

1. Persiapan alat
 - 1) Menyiapkan meja/bed/kursi untuk pemeriksaan.
 - 2) Menyiapkan alat pencatat hasil asesmen
2. Persiapan terapis
 - 1) Membersihkan tangan sebelum melakukan pengukuran
 - 2) Melepas semua perhiasan/asesoris yang ada di tangan.
 - 3) Memakai pakaian yang bersih dan rapi.
3. Persiapan pasien

- 1) Mengatur posisi pasien yang nyaman, segmen tubuh yang diperiksa mudah dijangkau pemeriksa.
- 2) Segmen tubuh yang akan diperiksa bebas dari pakaian, tetapi secara umum pasien masih berpakaian sesuai dengan kesopanan

4. Pelaksanaan pemeriksaan

- 1) Mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan meminta persetujuan pasien secara lisan.
- 2) Melakukan Anamnesis kepadapatient
- 3) Melakukan pemeriksaan observasi dan inspeksi
- 4) Melakukan pemeriksaan gerak fungsional
- 5) Melakukan tes tes khusus
- 6) Melakukan palpasi
- 7) Melakukan proses berpikira algoritma dan evidence based
- 8) Menetapkan diagnose

5. Pemeriksaan

A. Pemeriksaan klinis

1. Evidence Base Clinical Practise

- a. Isometrik quadriceps sudut 30-90 derajat(Brukner, 2012)
- b. USG

B. Pemeriksaan fisik

1. Inspeksi

- a. Bengkak
- b. Nyeri saat naik turun tangga dan lompat

2. Pemeriksaan Fisik Berdasarkan Bukti

- a. Antropometrik lingkaran sendi lutut dan quadricep
- b. Stabilitas patela
- c. Lingkup gerak sendi
- d. Keseimbangan
- e. Kekuatan otot

6. Outcome Measurement

- a. Tidak ada nyeri
- b. Kekuatan otot minimum 95%
- c. Hoptest minimum 95%
- d. Keseimbangan dinamis (SEBT) 95%

✦ **Pengendalian dan Pemantauan**

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditandatangani
2. Format penilaian pemeriksaan fungsi motorik LGS yang telah ditandatangani dan diberi nama jelas struktur yang dinilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi

Topik 8 :

Asesmen Cidera Olahraga

Cedera Sprain Ligamen Kolateral Lateral (LCL)

Definisi

Robeknya ligamen kolateral lateral sendi lutut yang disebabkan posisi sendi lutut mengarah pada posisi sendi lutut varus dan rotasi femur lateral yang diakibatkan oleh benturan langsung dan tidak langsung (Powers, 2010)

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang prosedur pemeriksaan Asesmen cidera olahraga
2. Mengetahui proses asesmen cidera olahraga
3. Membantu menegakkan diagnosis fisioterapi
4. Membantu menentukan rencana tindakan terapi
5. Mengevaluasi keberhasilan/efektivitas program terapi
6. Meningkatkan motivasi dan semangat pasien dalam menjalani terapi.

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran praktikum asesmen cidera olahraga adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

A. Buku teks:

a.

B. Majalah dan Jurnal

a.

C. Internet:

a.

D. Narasumber

- a. Dosen mata kuliah
- b. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi pengukuran

✚ Sumber Daya

A. Sumber daya manusia

- a. Dosen pemberi kuliah pengantar : 3 orang
- b. Instruktur keterampilan : 3 orang

B. Sarana dan Prasarana

- a. Ruang klinik fisioterapi
- b. Ruang praktikum fisioterapi

✚ Ruang Lingkup

Asesmen cedera olahraga adalah proses asesmen meliputi pemeriksaan gerak pasif, aktif dan isometric serta palpasi dan tes khusus untuk menentukan diagnose cedera olahraga pada pasien

✚ Alat dan Kelengkapan

1. Alat alat Asesmen
2. Formulir Hasil Asesmen
3. Staus Pasien

✚ Pelaksanaan

1. Persiapan alat
 - 1) Menyiapkan meja/bed/kursi untuk pemeriksaan.
 - 2) Menyiapkan alat pencatat hasil asesmen
2. Persiapan terapis
 - 1) Membersihkan tangan sebelum melakukan pengukuran
 - 2) Melepas semua perhiasan/asesoris yang ada di tangan.
 - 3) Memakai pakaian yang bersih dan rapi.
3. Persiapan pasien

- 1) Mengatur posisi pasien yang nyaman, segmen tubuh yang diperiksa mudah dijangkau pemeriksa.
- 2) Segmen tubuh yang akan diperiksa bebas dari pakaian, tetapi secara umum pasien masih berpakaian sesuai dengan kesopanan

4. Pelaksanaan pemeriksaan

- 1) Mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan meminta persetujuan pasien secara lisan.
- 2) Melakukan Anamnesis kepadapasiien
- 3) Melakukan pemeriksaan observasi dan inspeksi
- 4) Melakukan pemeriksaan gerak fungsional
- 5) Melakukan tes tes khusus
- 6) Melakukan palpasi
- 7) Melakukan proses berpikira algoritma dan evidence based
- 8) Menetapkan diagnose

5. Pemeriksaan

- 1) Pemeriksaan klinis
 - a. Evidence Base Clinical Practise
 - b. Varus stres test
- 2) Pemeriksaan fisik
 - a. Inspeksi
 1. Bengkak
 2. Sulit menekuk dan meluruskan lutut
 - b. Pemeriksaan Fisik Berdasarkan Bukti
 1. Antropometrik lingkaran sendi lutut
 2. Lingkup gerak sendi
 3. Keseimbangan
 4. Kekuatan otot

6. Outcome Measurment

- a. Tidak ada nyeri
- b. Kekuatan otot minimum 95%
- c. Hoptest minimum 95%

d. Keseimbangan dinamis (SEBT) 95%

✚ Pengendalian dan Pemantauan

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditandatangani
2. Format penilaian pemeriksaan fungsi motorik LGS yang telah ditandatangani dan diberi nama jelas struktur yang menilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi



Topik 9 :

Asesmen Cidera Olahraga

Cedera Ligamen Kolateral Medial (MCL)

Definisi

Robeknya ligamen kolateral medial sendi lutut yang disebabkan posisi sendi lutut mengarah pada posisi valgus yang diakibatkan oleh benturan langsung dan tidak langsung (Logan et al., 2016).

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang prosedur pemeriksaan Asesmen cidera olahraga
2. Mengetahui proses asesmen cidera olahraga
3. Membantu menegakkan diagnosis fisioterapi
4. Membantu menentukan rencana tindakan terapi
5. Mengevaluasi keberhasilan/efektivitas program terapi
6. Meningkatkan motivasi dan semangat pasien dalam menjalani terapi.

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran praktikum asesmen cidera olahraga adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

A. Buku teks:

a.

B. Majalah dan Jurnal

a.

C. Internet:

a.

D. Narasumber

- a. Dosen mata kuliah
- b. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi pengukuran

✚ Sumber Daya

A. Sumber daya manusia

- a. Dosen pemberi kuliah pengantar : 3 orang
- b. Instruktur keterampilan : 3 orang

B. Sarana dan Prasarana

- a. Ruang klinik fisioterapi
- b. Ruang praktikum fisioterapi

✚ Ruang Lingkup

Asesmen cedera olahraga adalah proses asesmen meliputi pemeriksaan angkapasif, aktif dan isometric serta palpasi dan tes khusus untuk menentukan diagnose cedera olahraga pada pasien

✚ Alat dan Kelengkapan

1. Alat alat Asesmen
2. Formulir Hasil Asesmen
3. Status Pasien

✚ Pelaksanaan

1. Persiapan alat

- 1) Menyiapkan meja/bed/kursi untuk pemeriksaan.
- 2) Menyiapkan alat pencatat hasil asesmen

2. Persiapan terapis

- 1) Membersihkan tangan sebelum melakukan pengukuran
- 2) Melepas semua perhiasan/asesoris yang ada di tangan.
- 3) Memakai pakaian yang bersih dan rapi.

3. Persiapan pasien

- 1) Mengatur posisi pasien yang nyaman, segmen tubuh yang diperiksa mudah dijangkau pemeriksa.
- 2) Segmen tubuh yang akan diperiksa bebas dari pakaian, tetapi secara umum pasien masih berpakaian sesuai dengan kesopanan

4. Pelaksanaan pemeriksaan

- 1) Mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan meminta persetujuan pasien secara lisan.
- 2) Melakukan Anamnesis kepadapatient
- 3) Melakukan pemeriksaan observasi dan inspeksi
- 4) Melakukan pemeriksaan gerak fungsional
- 5) Melakukan tes tes khusus
- 6) Melakukan palpasi
- 7) Melakukan proses berpikir algoritma dan evidence based
- 8) Menetapkan diagnose

5. Pemeriksaan

- 1) Pemeriksaan klinis
 - a. Evidence Base Clinical Practise
 - b. Valgus stres test
- 2) Pemeriksaan fisik
 - a. Inspeksi
 1. Bengkak
 - b. Pemeriksaan Fisik Berdasarkan Bukti
 1. Antropometrik lingkaran sendi lutut
 2. Lingkup gerak sendi
 3. Keseimbangan
 4. Kekuatan otot

6. Outcome Measurment

- a. Tidak ada nyeri
- b. Kekuatan otot minimum 95%
- c. Hoptest minimum 95%
- d. Keseimbangan dinamis (SEBT) 95%

Pengendalian dan Pemantauan

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditandatangani
2. Format penilaian pemeriksaan fungsi motorik LGS yang telah ditandatangani dan diberi nama jelas struktur yang menilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi



Topik 10 :

Asesmen Cidera Olahraga

Sprain Ligamen Krusiatum Anterior (ACL)

Definisi

Sprain *anterior cruciate ligament* adalah robeknya dan putusnya ligamen *anterior cruciate ligament* pada sendi lutut yang menghubungkan tulang tibia dan tulang femur. *Anterior cruciate ligament* adalah salah satu ligament pada sendi lutut yang sering bermasalah pada atlet yang menggunakan kaki sebagai tumpuan utama (Vavken and Murray, 2013).

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang prosedur pemeriksaan Asesmen cidera olahraga
2. Mengetahui proses asesmen cidera olahraga
3. Membantu menegakkan diagnosis fisioterapi
4. Membantu menentukan rencana tindakan terapi
5. Mengevaluasi keberhasilan/efektivitas program terapi
6. Meningkatkan motivasi dan semangat pasien dalam menjalani terapi.

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran praktikum asesmen cidera olahraga adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

A. Buku teks:

a.

B. Majalah dan Jurnal

- a.
- C. Internet:

- a.
- D. Narasumber

- a. Dosen mata kuliah
- b. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi pengukuran

Sumber Daya

- A. Sumber daya manusia
 - a. Dosen pemberi kuliah pengantar : 3 orang
 - b. Instruktur keterampilan : 3 orang
- B. Sarana dan Prasarana

- a. Ruang klinik fisioterapi
- b. Ruang praktikum fisioterapi

Ruang Lingkup

Asesmen cedera olahraga adalah proses asesmen meliputi pemeriksaan gerak pasif, aktif dan isometric serta palpasi dan tes khusus untuk menentukan diagnose cedera olahraga pada pasien

Alat dan Kelengkapan

1. Alat alat Asesmen
2. Formulir Hasil Asesmen
3. Staus Pasien

Pelaksanaan

1. Persiapan alat
 - 1) Menyiapkan meja/bed/kursi untuk pemeriksaan.
 - 2) Menyiapkan alat pencatat hasil asesmen
2. Persiapan terapis
 - 1) Membersihkan tangan sebelum melakukan pengukuran

- 2) Melepas semua perhiasan/asesoris yang ada di tangan.
- 3) Memakai pakaian yang bersih dan rapi.
3. Persiapan pasien
 - 1) Mengatur posisi pasien yang nyaman, segmen tubuh yang diperiksa mudah dijangkau pemeriksa.
 - 2) Segmen tubuh yang akan diperiksa bebas dari pakaian, tetapi secara umum pasien masih berpakaian sesuai dengan kesopanan
4. Pelaksanaan pemeriksaan
 - 1) Mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan meminta persetujuan pasien secara lisan.
 - 2) Melakukan Anamnesis kepadapatient
 - 3) Melakukan pemeriksaan observasi dan inspeksi
 - 4) Melakukan pemeriksaan gerak fungsional
 - 5) Melakukan tes tes khusus
 - 6) Melakukan palpasi
 - 7) Melakukan proses berpikira algoritma dan evidence based
 - 8) Menetapkan diagnose
5. Pemeriksaan
 - 1) Pemeriksaan klinis
 - a. Evidence Base Clinical Practise
 1. *Anterior Drawer Test*
 2. *Lachmann Test*
 3. *Pivot Shift Test*
 4. *MRI*
 - 2) Pemeriksaan fisik
 - a. Inspeksi
 1. Bengkak
 - b. Pemeriksaan Fisik Berdasarkan Bukti
 1. Antropometrik lingkarsendi lutut
 2. Lingkup gerak sendi
 3. Keseimbangan
 4. Kekuatan otot

6. Outcome Measurment

- a. Tidak ada nyeri
- b. Kekuatan otot minimum 95%
- c. Hoptest minimum 95%
- d. Keseimbangan dinamis (SEBT) 95%

✚ Pengendalian dan Pemantauan

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditandatangani
2. Format penilaian pemeriksaan fungsi motorik LGS yang telah ditandatangani dan diberi nama jelasin struktur yang menilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi



Topik 11 :

Asesmen Cidera Olahraga

Sprain Ligamen Krusiatum Posterior (PCL)

Definisi

Sprain *posterior cruciate ligament* adalah cedera yang terjadi akibat adanya kesalahan dalam menumpu dan mendarat menggunakan sendi lutut saat berolahraga. Namun, mekanisme yang paling umum dari Sprain *Posterior cruciate ligament* adalah dikarenakan kecelakaan kendaraan bermotor. Hal ini biasanya disebut *dashboard injury* akibat membentur tibia ke *dashboard* setelah berhenti mendadak atau dampak mendorong tibia posterior ketika lutut fleksi (BROPHY, 2016, Seon et al., 2017)

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang prosedur pemeriksaan Asesmen cidera olahraga
2. Mengetahui proses asesmen cidera olahraga
3. Membantu menegaskan diagnosis fisioterapi
4. Membantu menentukan rencana tindakan terapi
5. Mengevaluasi keberhasilan/efektivitas program terapi
6. Meningkatkan motivasi dan semangat pasien dalam menjalani terapi.

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran praktikum asesmen cidera olahraga adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

A. Buku teks:

a.

B. Majalah dan Jurnal

- a.
- C. Internet:

- a.
- D. Narasumber

- a. Dosen mata kuliah
- b. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi pengukuran

Sumber Daya

A. Sumber daya manusia

- a. Dosen pemberi kuliah pengantar : 3 orang
- b. Instruktur keterampilan : 3 orang

B. Sarana dan Prasarana

- a. Ruang klinik fisioterapi
- b. Ruang praktikum fisioterapi

Ruang Lingkup

Asesmen cedera olahraga adalah proses asesmen meliputi pemeriksaan gerak pasif, aktif dan isometric serta palpasi dan tes khusus untuk menentukan diagnose cedera olahraga pada pasien

Alat dan Kelengkapan

1. Alat alat Asesmen
2. Formulir Hasil Asesmen
3. Staus Pasien

Pelaksanaan

1. Persiapan alat
 - 1) Menyiapkan meja/bed/kursi untuk pemeriksaan.
 - 2) Menyiapkan alat pencatat hasil asesmen
2. Persiapan terapis
 - 1) Membersihkan tangan sebelum melakukan pengukuran

- 2) Melepas semua perhiasan/aksesoris yang ada di tangan.
- 3) Memakai pakaian yang bersih dan rapi.
3. Persiapan pasien
 - 1) Mengatur posisi pasien yang nyaman, segmen tubuh yang diperiksa mudah dijangkau pemeriksa.
 - 2) Segmen tubuh yang akan diperiksa bebas dari pakaian, tetapi secara umum pasien masih berpakaian sesuai dengan kesopanan
4. Pelaksanaan pemeriksaan
 - 1) Mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan meminta persetujuan pasien secara lisan.
 - 2) Melakukan Anamnesis kepadapasien
 - 3) Melakukan pemeriksaan observasi dan inspeksi
 - 4) Melakukan pemeriksaan gerak fungsional
 - 5) Melakukan tes tes khusus
 - 6) Melakukan palpasi
 - 7) Melakukan proses berpikira algoritma dan evidence based
 - 8) Menetapkan diagnose
5. Pemeriksaan
 - 1) Pemeriksaan klinis
 - a. Evidence Base Clinical Practise
 1. *Posterior Drawer Test*
 2. *MRI*
 - 2) Pemeriksaan fisik
 - a. Inspeksi
 1. Bengkak
 - b. Pemeriksaan Fisik Berdasarkan Bukti
 1. Antropometrik lingkaran sendi lutut
 2. Lingkup gerak sendi
 3. Keseimbangan
 4. Kekuatan otot

6. Outcome Measurment

- a. Tidak ada nyeri
- b. Kekuatan otot minimum 95%
- c. Hoptest minimum 95%
- d. Keseimbangan dinamis (SEBT) 95%

✦ **Pengendalian dan Pemantauan**

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditandatangani
2. Format penilaian pemeriksaan fungsi motorik LGS yang telah ditandatangani dan diberi nama jelas struktur yang dinilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi

Topik 12 : Asesmen Cidera Olahraga

Cedera Meniskus

Definisi

Cedera meniscus juga dikenal dengan robeknya bantalan lutut yang berperan sebagai peredam tekanan pada sendi lutut. Biasanya disebabkan oleh gerakan twisting pada sendi lutut dalam posisi fleksi pada saat kaki menumpu (Mitchell et al., 2016, Katz et al., 2013)

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang prosedur pemeriksaan Asesmen cidera olahraga
2. Mengetahui proses asesmen cidera olahraga
3. Membantu menegakkan diagnosis fisioterapi
4. Membantu menentukan rencana tindakan terapi
5. Mengevaluasi keberhasilan/efektivitas program terapi
6. Meningkatkan motivasi dan semangat pasien dalam menjalani terapi.

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran praktikum asesmen cidera olahraga adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

A. Buku teks:

a.

B. Majalah dan Jurnal

a.

C. Internet:

a.

D. Narasumber

- a. Dosen mata kuliah
- b. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi pengukuran

✚ Sumber Daya

A. Sumber daya manusia

- a. Dosen pemberi kuliah pengantar : 3 orang
- b. Instruktur keterampilan : 3 orang

B. Sarana dan Prasarana

- a. Ruang klinik fisioterapi
- b. Ruang praktikum fisioterapi

✚ Ruang Lingkup

Asesmen cedera olahraga adalah proses asesmen meliputi pemeriksaan gerak pasif, aktif dan isometric serta palpasi dan tes khusus untuk menentukan diagnose cedera olahraga pada pasien

✚ Alat dan Kelengkapan

4. Alat alat Asesmen
5. Formulir Hasil Asesmen
6. Staus Pasien

✚ Pelaksanaan

1. Persiapan alat
 - 1) Menyiapkan meja/bed/kursi untuk pemeriksaan.
 - 2) Menyiapkan alat pencatat hasil asesmen
2. Persiapan terapis
 - 1) Membersihkan tangan sebelum melakukan pengukuran
 - 2) Melepas semua perhiasan/asesoris yang ada di tangan.
 - 3) Memakai pakaian yang bersih dan rapi.
3. Persiapan pasien

- 1) Mengatur posisi pasien yang nyaman, segmen tubuh yang diperiksa mudah dijangkau pemeriksa.
- 2) Segmen tubuh yang akan diperiksa bebas dari pakaian, tetapi secara umum pasien masih berpakaian sesuai dengan kesopanan

4. Pelaksanaan pemeriksaan

- 1) Mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan meminta persetujuan pasien secara lisan.
- 2) Melakukan Anamnesis kepadapatient
- 3) Melakukan pemeriksaan observasi dan inspeksi
- 4) Melakukan pemeriksaan gerak fungsional
- 5) Melakukan tes tes khusus
- 6) Melakukan palpasi
- 7) Melakukan proses berpikir algoritma dan evidence based
- 8) Menetapkan diagnose

5. Pemeriksaan

1) Pemeriksaan klinis

a. Evidence Base Clinical Practise

1. Mc murray test.
2. Thessaly test
3. MRI

2) Pemeriksaan fisik

a. Inspeksi

1. Bengkak
2. Sendi lutut mengunci 30°

b. Pemeriksaan Fisik Berdasarkan Bukti

1. Antropometrik
2. Lingkup gerak sendi
3. Keseimbangan
4. MMT

6. Outcome Measurment

- a. Tidak ada nyeri
- b. Kekuatan otot minimum 95%
- c. Hoptest minimum 95%
- d. Keseimbangan dinamis (SEBT) 95%

 **Pengendalian dan Pemantauan**

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditandatangani
2. Format penilaian pemeriksaan fungsi motorik LGS yang telah ditandatangani dan diberi nama jelas struktur yang menilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi



Topik 13 : Asesmen Cidera Olahraga

Cedera Cartilage Lutut

Definisi

Cedera kartilago adalah pecahnya jaringan kartilago atau tulang rawan yang diakibatkan oleh benturan maupun gerakan berputar pada sendi lutut dalam posisi fleksi pada saat kaki menumpu.

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang prosedur pemeriksaan Asesmen cidera olahraga
2. Mengetahui proses asesmen cidera olahraga
3. Membantu menegakkan diagnosis fisioterapi
4. Membantu menentukan rencana tindakan terapi
5. Mengevaluasi keberhasilan/efektivitas program terapi
6. Meningkatkan motivasi dan semangat pasien dalam menjalani terapi.

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran praktikum asesmen cidera olahraga adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

A. Buku teks:

a.

B. Majalah dan Jurnal

a.

C. Internet:

a.

D. Narasumber

- a. Dosen mata kuliah
- b. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi pengukuran

✚ Sumber Daya

A. Sumber daya manusia

- a. Dosen pemberi kuliah pengantar : 3 orang
- b. Instruktur keterampilan : 3 orang

B. Sarana dan Prasarana

- a. Ruang klinik fisioterapi
- b. Ruang praktikum fisioterapi

✚ Ruang Lingkup

Asesmen cedera olahraga adalah proses asesmen meliputi pemeriksaan angkapasif, aktif dan isometric serta palpasi dan tes khusus untuk menentukan diagnose cedera olahraga pada pasien

✚ Alat dan Kelengkapan

1. Alat alat Asesmen
2. Formulir Hasil Asesmen
3. Staus Pasien

✚ Pelaksanaan

1. Persiapan alat

- 1) Menyiapkan meja/bed/kursi untuk pemeriksaan.
- 2) Menyiapkan alat pencatat hasil asesmen

2. Persiapan terapis

- 1) Membersihkan tangan sebelum melakukan pengukuran
- 2) Melepas semua perhiasan/asesoris yang ada di tangan.
- 3) Memakai pakaian yang bersih dan rapi.

3. Persiapan pasien

- 1) Mengatur posisi pasien yang nyaman, segmen tubuh yang diperiksa mudah dijangkau pemeriksa.
- 2) Segmen tubuh yang akan diperiksa bebas dari pakaian, tetapi secara umum pasien masih berpakaian sesuai dengan kesopanan

4. Pelaksanaan pemeriksaan

- 1) Mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan meminta persetujuan pasien secara lisan.
- 2) Melakukan Anamnesis kepadapasien
- 3) Melakukan pemeriksaan observasi dan inspeksi
- 4) Melakukan pemeriksaan gerak fungsional
- 5) Melakukan tes tes khusus
- 6) Melakukan palpasi
- 7) Melakukan proses berpikira algoritma dan evidence based
- 8) Menetapkan diagnose

5. Pemeriksaan

1) Pemeriksaan klinis

- a. Evidence Base Clinical Practise
 1. Mc murray test.
 2. Thessaly test
 3. MRI

2) Pemeriksaan fisik

- a. Inspeksi
 1. Bengkak
 2. Sendi lutut mengunci 30°
- b. Pemeriksaan Fisik Berdasarkan Bukti
 1. Antropometrik
 2. Lingkup gerak sendi
 3. Keseimbangan
 4. MMT

6. Outcome Measurment

- a. Tidak ada nyeri
- b. Kekuatan otot minimum 95%

- c. Hoptest minimum 95%
- d. Keseimbangan dinamis (SEBT) 95%

✚ Pengendalian dan Pemantauan

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditandatangani
2. Format penilaian pemeriksaan fungsi motorik LGS yang telah ditandatangani dan diberi nama jelas struktur yang dinilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi

Topik 14 :

Asesmen Cidera Olahraga

Illiotal Band Friction Syndrome (ITBFS)

Definisi

Gejala *Illiotal band syndrome* dapat dirasakan pada sisi luar lutut tepatnya pada sisi lateral lutut pada daerah epicondylus femur / tonjolan tulang paha akibat tendinitis illiotibial band. Nyeri biasanya timbul saat aktivitas berlari dimulai dan nyeri bertambah hebat bila aktivitas lari terus dilanjutkan. Nyeri akan berkurang bila posisi istirahat dan nyeri akan timbul kembali bila memulai aktivitas berlari (Foch and Milner, 2014)

Tujuan

1. Memberikan panduan kepada mahasiswa tentang prosedur pemeriksaan Asesmen cidera olahraga
2. Mengetahui proses asesmen cidera olahraga
3. Membantu menegakkan diagnosis fisioterapi
4. Membantu menentukan rencana tindakan terapi
5. Mengevaluasi keberhasilan/efektivitas program terapi
6. Meningkatkan motivasi dan semangat pasien dalam menjalani terapi.

Sasaran Pembelajaran

Sasaran pembelajaran praktikum asesmen cidera olahraga adalah mahasiswa S1 Fisioterapi semester 6 Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

Sumber Pembelajaran

Sumber pembelajaran yang digunakan sebagai rujukan adalah:

A. Buku teks:

a.

B. Majalah dan Jurnal

a.

C. Internet:

a.

D. Narasumber

a. Dosen mata kuliah

b. Para pakar dan ahli bidang fisioterapi pengukuran

✚ **Sumber Daya**

A. Sumber daya manusia

a. Dosen pemberi kuliah pengantar : 3 orang

b. Instruktur keterampilan : 3 orang

B. Sarana dan Prasarana

1. Ruang klinik fisioterapi

2. Ruang praktikum fisioterapi

✚ **Ruang Lingkup**

Asesmen cedera olahraga adalah proses asesmen meliputi pemeriksaan gerak pasif, aktif dan isometric serta palpasi dan tes khusus untuk menentukan diagnose cedera olahraga pada pasien

✚ **Alat dan Kelengkapan**

1. Alat alat Asesmen
2. Formulir Hasil Asesmen
3. Staus Pasien

✚ **Pelaksanaan**

1. Persiapan alat

- 1) Menyiapkan meja/bed/kursi untuk pemeriksaan.
- 2) Menyiapkan alat pencatat hasil asesmen

2. Persiapan terapis

- 1) Membersihkan tangan sebelum melakukan pengukuran
- 2) Melepas semua perhiasan/asesoris yang ada di tangan.

- 3) Memakai pakaian yang bersih dan rapi.
3. Persiapan pasien
 - 1) Mengatur posisi pasien yang nyaman, segmen tubuh yang diperiksa mudah dijangkau pemeriksa.
 - 2) Segmen tubuh yang akan diperiksa bebas dari pakaian, tetapi secara umum pasien masih berpakaian sesuai dengan kesopanan

4. Pelaksanaan pemeriksaan

- 1) Mengucapkan salam, memperkenalkan diri dan meminta persetujuan pasien secara lisan.
- 2) Melakukan Anamnesis kepadapasien
- 3) Melakukan pemeriksaan observasi dan inspeksi
- 4) Melakukan pemeriksaan gerak fungsional
- 5) Melakukan tes tes khusus
- 6) Melakukan palpasi
- 7) Melakukan proses berpikira algoritma dan evidence based
- 8) Menetapkan diagnose

5. Pemeriksaan

1) Pemeriksaan klinis

a. Evidence Base Clinical Practise

1. Ober Test

2) Pemeriksaan fisik

a. Inspeksi

1. Bengkak

b. Pemeriksaan Fisik Berdasarkan Bukti

1. Antropometrik lingkaran sendi lutut dan quadriceps

2. Stabilitas patela

3. Lingkup gerak sendi

4. Keseimbangan

5. Kekuatan otot

6. Outcome Measurment

- a. Tidak ada nyeri
- b. Kekuatan otot minimum 95%
- c. Hoptest minimum 95%
- d. Keseimbangan dinamis (SEBT) 95%

 **Pengendalian dan Pemantauan**

1. Absensi mahasiswa dan dosen yang telah ditandatangani
2. Format penilaian pemeriksaan fungsi motorik LGS yang telah ditandatangani dan diberi nama jelasin struktur yang menilai dan peserta didik yang bersangkutan
3. Pedoman penilaian pencapaian kompetensi

