

LAMPIRAN II

FORMULIR

SHOULDER PAIN AND DISABILITY INDEX (SPADI)

Silahkan berikan suatu tanda dengan cepat pada kolom dengan pengalaman sepanjang minggu lali yang berhubungan dengan masalah bahu yang anda alami.

Skala Nyeri (Pain)

Seberapa menjengkelkan rasa nyeri yang anda rasakan ?

Lingkar nomor yang sesuai dengan rasa nyeri yang anda rasakan apabila : 0 = tidak nyeri sama sekali, dan 10 = nyeri tidak tertahankan.

Nilai nyeri paling hebat yang dirasakan?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ketika berbaring ke sisi yang bermasalah?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mencapai benda pada tempat yang tinggi?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Menyentuh punggung dari leher?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mendorong dengan lengan yang bermasalah?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Skala Ketidakmampuan (Disability)

Seberapa besar kesulitan yang kamu alami?

Lingkar nomor yang sesuai dengan rasa nyeri yang anda rasakan apabila : 0 = tidak nyeri sama sekali, dan 10 = nyeri tidak tertahankan.

Mencuci rambut (keramas)?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mencuci (menggosok) punggung?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mengenakan Pakaian?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mengancing Pakaian?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Mengenakan Celana?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Menempatkan Objek pada rak yang tinggi?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Menjinjing objek beban 10 pon (4,5kg)?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Meraih objek dari saku belakang?	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

Jumlah Penilaian SPADI : _____/130 x 100 = _____ %