

Lampiran II

QUESTIONER MODIFIED OSWESTRY DISABILITY INDEX

Nama :

Usia :

Kuesioner ini dibuat untuk memberikan informasi kepada peneliti tentang bagaimana nyeri punggung atas mempengaruhi kemampuan anda melakukan kehidupan sehari-hari. Silahkan jawab setiap pertanyaan dibawah ini dengan memberikan tanda pada satu kotak yang menggambarkan kondisi anda saat ini.

Berikut lembar kuesioner MODI:

1. Intensitas Nyeri

- Saya dapat mentorelir nyeri tanpa menggunakan obat pereda nyeri
- Nyeri terasa buruk, tetapi saya dapat menangani tanpa menggunakan obat pereda nyeri
- Obat pereda nyeri mengurangi nyeri saya secara keseluruhan
- Obat pereda nyeri mengurangi sebagian nyeri saya
- Obat pereda nyeri mengurangi sedikit nyeri saya
- Obat pereda nyeri tidak mempunyai efek terhadap nyeri yang saya alami

2. Perawatan Diri (misalnya: mencuci, berpakaian, dll)

- Saya dapat merawat diri secara normal tanpa menambah nyeri
- Saya dapat merawat diri secara normal, tetapi menambah nyeri
- Perawatan diri menyebabkan nyeri, sehingga saya melakukan dengan lambat dan hati-hati
- Saya butuh bantuan, tetapi saya dapat menangani sebagian besar perawatan diri saya
- Saya butuh bantuan dalam sebagian besar aspek perawatan diri saya
- Saya tidak berpakaian, kesulitan mencuci, dan tetap di tempat tidur

3. Mengangkat

- Saya dapat mengangkat benda berat tanpa menambah nyeri
- Saya dapat mengangkat benda berat, tetapi menambah nyeri
- Nyeri mencegah saya mengangkat benda berat dari lantai, tetapi saya dapat menangani jika benda berat tersebut ditempatkan pada tempat yang membuat saya nyaman (misalnya: di atas meja).
- Nyeri mencegah saya mengangkat benda berat dari lantai, tetapi saya dapat menangani benda ringan dan sedang pada tempat yang membuat saya nyaman.
- Saya hanya dapat mengangkat benda yang sangat ringan.
- Saya tidak dapat mengangkat atau membawa suatu benda.

4. Berjalan

- Nyeri tidak menghambat saya berjalan dalam berbagai jarak.
- Nyeri menghambat saya berjalan lebih dari 1,6 km
- Nyeri menghambat saya berjalan lebih dari 800 meter
- Nyeri menghambat saya berjalan lebih dari 400 meter
- Saya dapat berjalan dengan kruk atau tongkat.
- Sebagian besar waktu saya di tempat tidur dan harus merangkak ke toilet.

5. Duduk

- Saya dapat duduk di berbagai jenis kursisepanjang waktu saya suka
- Saya hanya dapat duduk di kursi favorit saya sepanjang waktu saya suka
- Nyeri menghambat saya duduk lebih dari 1 jam
- Nyeri mencegah saya duduk lebih dari ½ jam
- Nyeri mencegah saya duduk lebih dari 10 menit.
- Nyeri menghambat saya duduk

6. Berdiri

- Saya dapat berdiri Selama yang saya inginkan tanpa menambah nyeri
- Saya dapat berdiri selama yang saya inginkan, tetapi menambah nyeri.

- Nyeri menghambat saya berdiri lebih dari 1 jam.
- Nyeri mencegah saya berdiri lebih dari ½ jam
- Nyeri mencegah saya berdiri lebih dari 10 menit.
- Nyeri menghambat saya berdiri.

7. Tidur

- Nyeri tidak menghambat saya tidur nyaman
- Saya dapat tidur nyaman jika menggunakan obat pereda nyeri
- Meskipun menggunakan obat pereda nyeri, tidur saya kurang dari 6 jam.
- Meskipun saya menggunakan obat pereda nyeri , tidur saya kurang dari 4 jam.
- Meskipun saya menggunakan obat pereda nyeri , tidur saya kurang dari 2 jam.
- Nyeri menghambat tidur saya.

8. Kehidupan sosial

- Kehidupan sosial saya normal tanpa menambah nyeri
- Kehidupan sosial saya normal, tetapi tingkatan nyeri bertambah
- Nyeri menghambat saya berpartisipasi melakukan kegiatan banyak energy (misalnya: olahraga, dansa)
- Nyeri menghambat saya sering keluar
- Nyeri menghambat kehidupan sosial saya di rumah.
- Saya kesulitan melakukan kehidupan sosial karena nyeri.

9. Bepergian

- Saya dapat bepergian kemana saja tanpa menambah nyeri
- Saya dapat bepergian kemana saja, tetapi menambah nyeri
- Nyeri menghambat saya bepergian lebih dari 2 jam.
- Nyeri menghambat saya bepergian lebih dari 1 jam.
- Nyeri menghambat saya bepergian untuk suatu kebutuhan dibawah ½ jam
- Nyeri mencegah saya bepergian kecuali mengunjungi dokter/terapis atau ke rumah sakit.

10. Pekerjaan/Rumah Tangga

- Pekerjaan/aktivitas kerja normal tidak menyebabkan nyeri
- Urusan rumah tangga/aktivitas kerja normal menambah nyeri, tetapi saya dapat melakukan semua yang membutuhkan saya.
- Saya dapat melakukan sebagian urusan rumah tangga/tugas kerja, tetapi nyeri menghambat saya melakukan aktivitas yang membutuhkan kegiatan fisik (misalnya: mengangkat, membersihkan rumah).
- Nyeri menghambat saya melakukan sesuatu kecuali pekerjaan ringan
- Nyeri menghambat saya melakukan sesuatu sekalipun pekerjaan ringan
- Nyeri menghambat saya melakukan pekerjaan rumah tangga.

(Fritz and Irrgang, 2001)