

## DAFTAR ISI

|   |      |
|---|------|
| HALAMAN JUDUL.....  |      |
| ABSTRAK.....  |      |
| LEMBAR PERSETUJUAN .....                                  |      |
| KATA PENGANTAR .....                                      | i    |
| DAFTAR ISI.....   | iii  |
| DAFTAR GAMBAR .....                                       | vii  |
| DAFTAR SKEMA.....   | viii |
| DAFTAR TABEL.....   | ix   |
| DAFTAR GRAFIK.....  | x    |
| BAB I PENDAHULUAN   |      |
| A. Latar Belakang .....                                   | 1    |
| B. Identifikasi Masalah .....                             | 7    |
| C. Pembatasan Masalah .....                               | 9    |
| D. Perumusan Masalah .....                                | 10   |
| E. Tujuan Penelitian .....                                | 10   |
| F. Manfaat Penelitian .....                               | 11   |
| BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS                       |      |
| A. Deskripsi Teori.....                                   | 12   |
| 1. Nyeri Sindroma Miofasial Otot Upper Trapezius.....     | 12   |
| a. Definisi Sindroma Miofasial Otot Upper Trapezius ..... | 12   |
| 2. Anatomi dan Fisiologi Otot Upper Trapezius.....        | 15   |
| a. Shoulder Complex.....                                  | 15   |
| b. Cervical spine.....                                    | 18   |
| c. Otot Penggerak Shoulder Girdle .....                   | 19   |

|   |    |
|---|----|
| d. Komposisi Otot .....   | 21 |
| e. Kontraksi Otot .....   | 25 |
| 3. Patologi Sindroma Miofasial Otot Upper Trapezius.....  | 27 |
| a. Penyebab Terjadinya Sindroma Miofasial Otot<br>Upper Trapezius .....   | 27 |
| b. Tanda dan Gejala Sindroma Miofasial Otot Upper Trapezius   | 29 |
| c. Patofisiologi Sindroma Miofasial Otot Upper Trapezius.....   | 30 |
| d. Patologi Fungsional Sindroma Miofasial Upper Trapezius ...   | 32 |
| 4. Nyeri.....   | 36 |
| a. Definisi Nyeri.....  | 36 |
| b. Nyeri berdasarkan ICF (International Classification of<br>Functioning, Disability & Health), WHO-Geneva 2001 ..... | 37 |
| c. Klasifikasi Nyeri .....  | 37 |
| d. Mekanisme Nyeri.....   | 38 |
| e. Mekanisme Timbul Rasa Nyeri Pada Sindroma Miofasial<br>Otot Upper Trapezius.....                                   | 42 |
| f. Pengukuran Nyeri Dengan NRS .....  | 44 |
| 5. Transverse Friction .....  | 46 |
| a. Definisi Transeverse Friction.....   | 46 |
| b. Efek-efek Transverse Friction.....   | 46 |
| c. Dosis Transverse Friction .....  | 50 |

|    |  |    |
|----|--|----|
| d. | Teknik Transverse Friction .....   | 50 |
| e. | Indikasi dan Kontraindikasi Transverse Friction .....  | 51 |
| f. | Mekanisme Penurunan Nyeri Pada Miofasial Otot Upper<br>Trapezius dengan Transverse Friction .....    | 52 |
| g. | Prosedur Penerapan Transverse Friction Pada Sindroma<br>Miofasial Otot Upper Trapezius.....          | 53 |
| 6. | Autostretching .....   | 54 |
| a. | Definisi Autostretching .....  | 54 |
| b. | Tujuan dan Penggunaan Autostretching .....   | 55 |
| c. | Respon Neurofisiologis Otot Terhadap Autostretching .....  | 56 |
| d. | Mekanisme Penurunan Nyeri Pada Sindroma Miofasial Otot<br>Upper Trapezius Dengan Autostretching..... | 56 |
| e. | Prosedur Penerapan Autostretching Pada Sindroma Miofasial<br>Otot Upper Trapezius.....               | 57 |
| 7. | Kinesiotaping .....  | 58 |
| a. | Definisi Kinesiotaping .....   | 58 |
| b. | Fungsi dan Penggunaan Kinesiotaping .....  | 59 |
| c. | Mekanisme Penurunan Nyeri Sindroma Miofasial Otot<br>Upper Trapezius dengan Kinesiotaping .....      | 63 |
| d. | Prosedur Penerapan Kinesiotaping Pada Sindroma<br>Miofasial Otot Trapezius.....                      | 64 |
| B. | KERANGKA BERPIKIR .....  | 66 |

|   |     |
|---|-----|
| C. KERANGKA KONSEP .....                                      | 67  |
| D. HIPOTESIS .....  | 68  |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>                          |     |
| A. Tempat dan Waktu Penelitian .....                          | 68  |
| B. Metode Penelitian.....                                     | 68  |
| C. Tehnik Pengambilan Sampel.....                             | 70  |
| D. Instrumen Penelitian.....                                  | 72  |
| E. Teknik Analisis Data .....                                 | 77  |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>                                |     |
| A. Deskripsi Data.....  | 82  |
| 1. Gambaran Umum Sampel.....                                  | 82  |
| 2. Hasil Pengukuran Nyeri Sebelum dan Sesudah Intervensi..... | 86  |
| B. Uji Persyaratan Analisa.....                               | 89  |
| 1. Uji Normalitas.....  | 89  |
| 2. Uji Homogentitas.....                                      | 89  |
| C. Pengujian Hipotesis.....                                   | 90  |
| <b>BAB V PEMBAHASAN</b>                                       |     |
| A. Hasil Penelitian.....                                      | 96  |
| B. Keterbatasan Penelitian.....                               | 104 |
| <b>BAB VI KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN</b>                 |     |
| A. Kesimpulan.....  | 105 |
| B. Implikasi.....   | 105 |
| C. Saran.....   | 106 |
| DAFTAR PUSTAKA .....  | 107 |
| LAMPIRAN.....   |     |