

UNPRAK SSP

Nama : Alfi Dian Purnamasari

NIM : 1810301008 (Genap)

Kelas : 6A1

2. Apakah yang dimaksud Traumatik Brain Injury (TBI) ? apa saja program latihan fisioterapi pada kondisi TBI?

JAWAB :

Pengertian

Traumatic Brain Injury (TBI) adalah cedera otak akut akibat energi mekanik terhadap kepala dari kekuatan eksternal, serta kerusakan pada kepala bukan bersifat kongenital ataupun degeneratif, tetapi disebabkan serangan/benturan fisik dari luar yang dapat mengurangi atau mengubah kesadaran yang mana menimbulkan kerusakan kemampuan kognitif dan fungsi fisik.

Program Latihan Fisioterapi

✓ Komunikasi terapeutik

Komunikasi terapeutik termasuk komunikasi interpersonal dengan tujuan saling memberikan pengertian antar fisioterapis dengan pasien. Komunikasi terapeutik adalah komunikasi yang direncanakan secara sadar, bertujuan dan kegiatannya dipusatkan untuk kesembuhan pasien

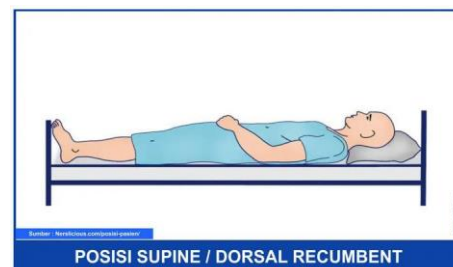
Tujuan : Membantu pasien untuk memperjelas dan mengurangi beban perasaan dan pikiran serta dapat mengambil tindakan yang efektif untuk pasien, membantu mempengaruhi orang lain, lingkungan fisik dan diri sendiri. Teknik:

✓ Positioning

Tujuan : Mencegah decubitus, tirah baring dan static pneumonia

Teknik : Fisioterapis mengajarkan dan memposisikan pasien melakukan perubahan posisi (terlentang, miring kiri dan kanan).

Dosis : Setiap 2 jam



✓ **Infra Red**

Posisi pasien : Supine lying

Persiapan alat : Cek alat, kabel, dan pastikan alat dalam keadaan baik..

Teknik pelaksanaan :

- On kan alat
- Panaskan sekitar 5 menit
- Pastikan daerah yang ingin disinari tidak terhalangi oleh pakaian / assesoris pasien
- Atur jarak IR dengan tubuh \pm 30 cm
- Atur waktu selama 15 menit
- Setelah waktu habis, jauhkan IR dari tubuh pasien lalu tekan tombol off

Dosis: 3x seminggu (15 menit)



✓ **Elektrical Muscle Stimulasi**

Posisi pasien : Supine lying

Persiapan alat : Cek alat, kabel, basahi spon dan pastikan alat dalam keadaan baik..

Teknik pelaksanaan :

- On kan alat
- Pasang spon pada pad
- Gulung celana atau rok pada kedua tungkai bawah
- Letakkan pad pada tibialis anterior dan muscle belly pada gastrocnemius
- Atur frekuensi, time, dan instensitas.
- Naikkan intensitas secara perlahan sampai mencapai intensitas yang nyaman untuk pasien
- Setelah waktu habis, lepaskan pad, dan matikan alat. Dosis: 3 x seminggu (7 menit)

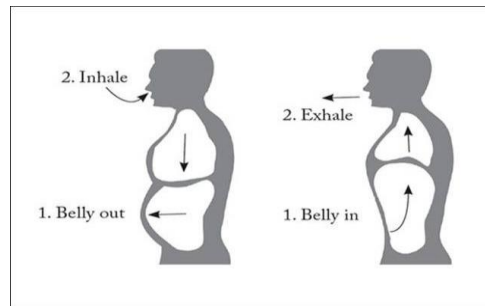


✓ **Breathing exercise**

Tujuan :Meningkatkan ventilasi paru, meningkatkan kekuatan dan daya tahan serta koordinasi otot otot respirasi dan mempertahankan mobilitas chest

Teknik : Fisioterapi meletakkan kedua tangannya pada bagian perut pasien. Perintahkan pasien untuk inspirasi sambil mengembungkan perutnya dan ketika ekspirasi kempiskan perut lalu fisioterapis mendorong dengan tangan secara pelan kearah dalam mengikuti pola pernafasan pasien.

Dosis : setiap hari (3 x sehari)



✓ **Passive exercise**

Tujuan : Mempertahankan dan meningkatkan mobilitas sendi

Teknik :Posisi tidur terlentang, kemudian fisioterapis memberikan gerakan pasif pada ekstremitas.

Dosis :Setiap hari (15 sampai 30 kali repetisi).

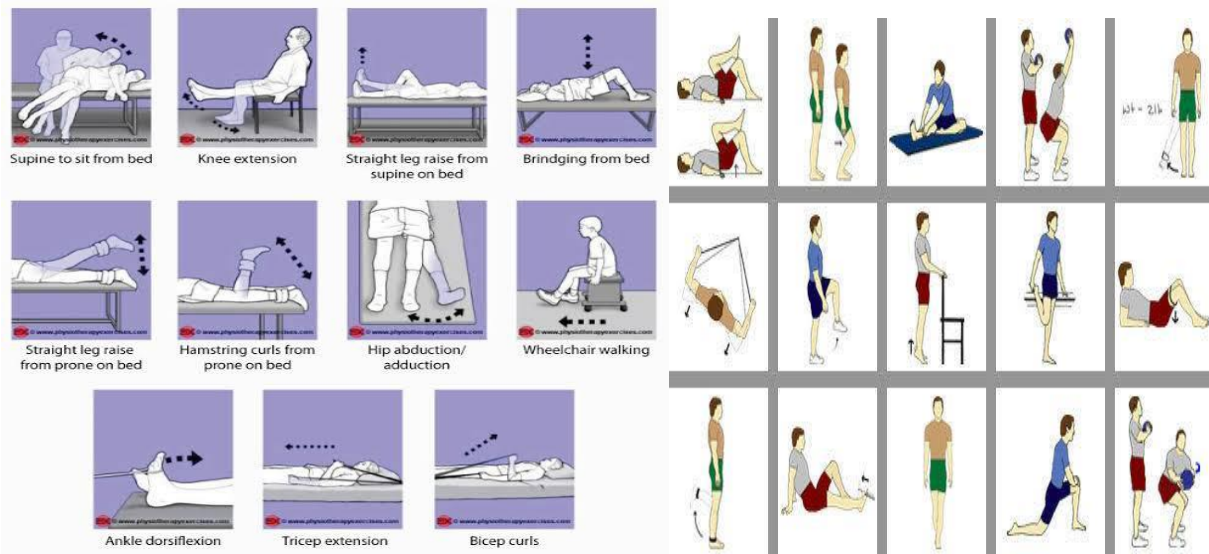
✓ **Stretching**

Tujuan : Mencegah kontraktur otot

Teknik Pelaksanaan :

- Gerakkan sendi secara perlahan sampai pada batas keterbatasan.
- Stabilisasi pada bagian proksimal dan gerakkan pada bagian distal sendi.
- Untuk mencegah kompresi sendi selama stretching gunakan traksi derajat I untuk menggerakkan sendi.
- Terapkan stretch secara perlahan dan general pada sendi yang bersangkutan.
- Lakukan sekitar 08-10 detik atau lebih.

-Lakukan force sesuai dengan toleransi pasien. Dosis : Setiap hari (6x repetisi)



✓ **AAROMEX**

Tujuan :

- a) Mengembangkan koordinasi dan keterampilan motorik untuk aktivitas fungsional,
- b) Mempertahankan elastisitas fisiologis dan kontraktilitas otot yang terlibat,
- c) Memberikan stimulus untuk integritas tulang dan jaringan sendi.

Teknik : Posisi pasien tidur terlentang, kemudian fisioterapis memerintahkan pasien untuk menggerakkan ekstremitas dengan bantuan sedikit dari fisioterapis pada awal atau akhir gerakan jika ada kelemahan

Dosis : Setiap hari (15-30 detik)

4. apakah yang di maksud Spinal Cord Injury (SCI)? apa saja program latihan fisioterapi pada kondisi SCI?

JAWAB

Pengertian

Spinal Cord Injury adalah cedera pada sumsum tulang belakang dari foramen magnum ke cauda equina yang terjadi sebagai akibat dari paksaan, sayatan, atau memar. Akibat cedera tersebut, fungsi sumsum tulang belakang terputus di tingkat distal cedera

Program Latihan Fisioterapi

✓ Terapi Fisik

Latihan gerak pasif

Latihan gerak pasif yaitu latihan dengan cara menggerakkan suatu segmen pada tubuh dimana kekuatannya berasal dari luar, bukan dari kontraksi otot, kekuatan dapat dari mesin, individu lain atau bagian lain dari tubuh individu itu sendiri. Fungsi gerakan pasif adalah untuk memelihara sifat-sifat fisiologis otot, serta untuk memperlancar aliran darah ,Latihan gerak pasif yang digunakan disini adalah relaxed passive movement.

Latihan gerak aktif (pada ekstremitas atas)

Latihan gerak aktif yaitu latihan dengan menggerakkan suatu segmen pada tubuh yang dilakukan karena adanya kekuatan otot dari bagian tubuh itu sendiri. Latihan gerak aktif terdiri dari:

a. Free active movement

Free active movement yaitu gerakan yang dilakukan sendiri oleh penderita tanpa bantuan, dimana gerakan yang dihasilkan adalah kontraksi otot dengan melawan gaya gravitasi.

b. Resisted active movement

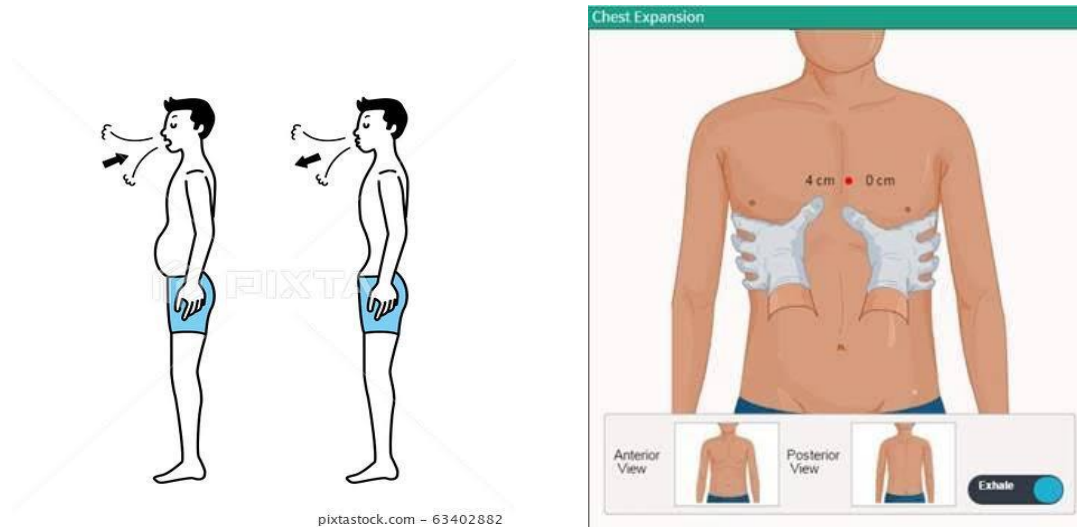
Resisted active movement yaitu gerakan aktif melawan tahanan manual atau beban yang diberikan pada kerja otot untuk membentuk suatu gerakan dan bisa dilakukan sebagai latihan penguatan. Penguatan pada otot-otot anggota gerak atas dan otot-otot perut perlu dilakukan karena untuk pengalihan fungsi aktivitas transfer dan ambulasi yang biasa dilakukan oleh kedua tungkai. Selain itu, dapat juga memperbaiki postur dan memelihara LGS. Penguatan akan memberikan hasil yang baik bila dilakukan secara group otot

✓ **Terapi latihan yang diberikan pada kasus akibat spinal cord injury**

Latihan pernapasan (Breathing Exercise)

Latihan pernapasan yang dilakukan dengan teknik deep breathing dan chest expansion secara aktif.

Dilakukan dengan pengulangan sebanyak tiga kali atau sesuai toleransi pasien



✓ **Latihan keseimbangan berjalan -Postural Control**

