

Ria Cahyaningsih Puji Susanti
Nim : E2016039
Program Studi Diploma IV Fisioterapi

Maskun Pudjianto, S.MPh., S.Pd., M.Kes
Dea Linia Romadhoni, S.Fis., M.K.M

PENURUNAN NYERI *MYOFACIAL PAIN SYNDROME UPPER TRAPEZIUS* DENGAN TEKNIK *ISCHAEMIC COMPRESSION* DAN *DEEP TRANVERSE FRICTION*

INTISARI

Latar Belakang: Faktor risiko dari pekerjaan membuat adanya keluhan *Musculoskeletal*, proses pembuatan batik posisi pekerja cenderung tidak ergonomis. Posisi leher yang cenderung menekuk kedepan dalam jangka waktu yang lama serta terus menerus mengakibatkan adanya keluhan nyeri pada otot leher *upper trapezius*. *Myofacial Pain Syndrome* merupakan gangguan nyeri kronis yang terjadi pada otot skeletal, MPS dapat di diagnosa ketika ditemukan adanya *trigger point*. Manual terapi yang dapat diberikan untuk *myofacial pain syndrome upper trapezius* adalah *ischaemic compression* dan *deep tranverse friction*. **Tujuan:** Untuk mengetahui penanganan nyeri *myofacial pain syndrome upper trapezius* dengan teknik *ischaemic compression* dan *deep tranverse friction*. **Metode:** Metode yang digunakan menggunakan media KIE yaitu *Booklet* sebagai alat untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan Fisioterapis dalam penanganan penurunan nyeri *myofacial pain syndrome upper trapezius*. **Hasil:** Media KIE *Booklet* ini akan disebarluaskan kepada fisioterapi, tenaga medis lainnya, dan pengrajin batik sebagai sarana pengetahuan MPS, mempromosikan intervensi *ischaemic compression* dan *deep tranverse friction* dalam penanganan MPS, serta sebagai pedoman edukasi untuk mencegah MPS. **Kesimpulan:** Sebagai media edukasi dan informasi kepada fisioterapi, tenaga media lainnya, dan pengrajin batik untuk penanganan nyeri *myofacial pain syndrome upper trapezius*. **Kata kunci:** *Myofacial Pain Syndrome, Ischaemic Compression, Deep Tranverse Friction, Booklet*