

DAFTAR PUSTAKA

- Andriana, I., Henny, H., Mugraji, F. A., Bilal, M., & YUSDYSTIRA, Y. P. (2022). Perbaikan Postur Tubuh Pada Operator Produksi Buku di PT Thursina Mediana Utama. *Jurnal Pengabdian Teknik dan Ilmu Komputer (Petik)*, 2(1), 8-12.
- Anggraini, C., & Astari, R. W. (2021). Efektivitas *Wrist Stretching, Tendon and Nerve Gliding Exercise* dalam Menurunkan Nyeri dan Meningkatkan *Fungsional Wrist* pada Kasus *Carpal Tunnel Syndrome*. *Jurnal Health Sains*, 2(11), 1434-1438.
- Azwar, A. G. (2020). Analisis Postur Kerja Dan Beban Kerja Dengan Menggunakan Metode *Nordic Body Map* Dan Nasa-TLX Pada Karyawan UKM Ucong Taylor Bandung. *Techno-Socio Ekonomika*, 13(2), 90-101.
- Bambang, E. (2020). Analisis *Nordic Body Map* Terhadap Proses Pekerjaan Penjemuran Kopi Oleh Petani Kopi. *Jurnal Valtech*, 3(1), 30-33.
- Chairunnisa, S., Novianus, C. dan Hidayati (2021) 'Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Gejala *Carpal Tunnel Syndrome* pada Komunitas Ojek Online Di Kota Tangerang Selatan Tahun 2021', *Jurnal Fisioterapi dan Kesehatan Indonesia*, 1(2), pp. 1–13.
- Erliana, C. I., & Amri, K. (2020). Analisis Postur Kerja Menggunakan Metode *Rapid Upper Limb Assesment* (Rula) Pada Proses Pembuatan Plat Sambung Tiang Pancang Pt Wijaya Karya Beton, Tbk Binjai. *Industrial Engineering Journal*, 9(1), 37.
- Hartanti, H. F., Asnifatima, A., & Fatimah, A. (2018). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* Pada Pekerja Operator Komputer Bagian Redaksi Di Harian Metropolitan Bogor Tahun 2018. *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 1(1).
- Hijah, N. F., Setyaningsih, Y., & Jayanti, S. (2021). Iklim Kerja, Postur Kerja, dan Masa Kerja Terhadap Kelelahan Kerja pada Pekerja Bengkel Las. *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 2(1), 11-16.
- Hutabarat, Julianus. (2017). *Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Juliana, N., Wibowo, A. H., Setiorini, A., Noverial, N., Hadju, V. A., Sekarjati, K. A., ... & Darsono, K. (2023). *Ergonomi dan Faal Kerja*. Eureka Media Aksara.
- Juniari, G. A. R., & TriWahyudi, A. (2015). Hubungan Antara Masa Kerja Terhadap Keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* (CTS) Pada Pegawai Perempuan Di Kampus Universitas Dhyana Pura Yang Bekerja Menggunakan Komputer. *VIRGIN: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Sains*, 1(2).
- Jatmika, L., Fachrin, S. A., & Sididi, M. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan MSDS Pada Pekerja Buruh Di Pelabuhan Yos Sudarso Tual. *Window of Public Health Journal*, 3(3), 563-574.
- Kee, D., Na, S., & Chung, M. K. (2020). *Comparison Of The Ovako Working Posture Analysis System, Rapid Upper Limb Assessment, And Rapid Entire Body Assessment Based On The Maximum Holding Times*. *International Journal of Industrial Ergonomics*, 77, 102943.

- Komariah, A., Prasetyo, F. D., & Suprpto, S. (2020). Analisis Postur Kerja Operator Las dengan Metode RULA: Studi kasus di UKM Las XYZ Karanganyar. *Tekinfo: Jurnal Ilmiah Teknik Industri dan Informasi*, 8(2).
- Langi, G. V., Joseph, W. B., & Pangaribuan, M. (2023). Gambaran Keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* (CTS) dan Intensitas Getaran Mekanis pada Pamarut Kelapa di Pasar Wilken Kota Tomohon. *Indonesian Journal of Public Health and Preventive Medicine*, 2(2).
- Nadhifah, J., Hartanti, R. I., & Indrayani, R. (2018). Keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* Pada Pekerja Sortasi Daun Tembakau (Studi Di Gudang Restu I Koperasi Agrobisnis Tarutama Nusantara Jember). *Jurnal Kesehatan*, 6(1), 18-26.
- Nafasa, K., Yuniarti, Y., Nurimaba, N., Tresnasari, C., & Wagiono, C. (2019). Hubungan Masa Kerja Dengan Keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* Pada Karyawan Pengguna Komputer Di Bank BJB Cabang Subang. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 1(1), 39-43.
- Namwongsa, S., Puntumetakul, R., Neubert, M. S., Chaiklieng, S., & Boucaut, R. (2018). *Ergonomic Risk Assessment of Smartphone Users Using the Rapid Upper Limb Assessment (RULA) tool. PloS one*, 13(8), e0203394.
- Nurmutia, S., Ruspindi, R., & Rusmalah, R. (2022). *Ergonomi Industri*. Unpam Press
- Octaviana, F., Putra, Y., Safri, A. Y., Wiratman, W., Indrawati, L. A., & Hakim, M. (2022). Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner Sindrom Terowongan Karpal Boston Versi Bahasa Indonesia. *eJournal Kedokteran Indonesia*, 10(1), 18-25.
- Pangestuti, A. A., & Widajati, N. (2014). Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* Pada Pekerja Gerinda Di PT Dok Dan Perkapalan Surabaya. *The Indonesian Journal Of Occupational Safety And Health*, 3(1), 14-24.
- Patradhiani, R., Yasmin, Y., & Prastiono, A. (2019). Identifikasi dan Pengendalian Risiko Penyebab Penyakit Akibat Kerja (PAK) pada Industri Tahu Pong Goreng Palembang. *Integrasi: Jurnal Ilmiah Teknik Industri*, 4(2), 41-48.
- Pramana, A. N., Kurniawan, B., & Ekawati, E. (2021). Analisis Postur Kerja Dengan Menggunakan Metode *Rapid Upper Limb Assessment* (Rula) pada Pekerja di Laundry X Kota Semarang. *Indonesian Journal of Health Community*, 2(2), 57-66.
- Pratiwi, A. P., & Diah, T. T.A. (2022). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* Pada Pekerja Informal. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(3), 39-45.
- Putri, C. K., Wahyuni, W., & Belinda, M. (2024). Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus *Carpal Tunnel Syndrome* (CTS) Di RSUD Dr. Saiful Anwar Malang: Case Report. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 3(9), 1921-1926.
- Putri, K. E., & Ardi, S. Z. (2020). Hubungan Antara Postur Kerja, Masa Kerja dan Kebiasaan Merokok dengan Keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) pada Pekerja Tenun Lurik "Kurnia" Krapyak Wetan, Sewon, Bantul. Yogyakarta: Universitas Ahmad Dahlan.

- Samuellia, P., Syafriadi, M., & Hairrudin, H. (2024). Determinant Analysis of Carpal Tunnel Syndrome and Phalen's Test Examination of Tobacco Sorting Workers at Jember District. *Journal of Agromedicine and Medical Sciences*, 10(1), 25-33.
- Sansabila, I. A., Harmoko, H., Ngizudin, R., & Novasani, R. J. (2024). Analisis Postur Kerja Karyawan Dengan Metode Nordic Body Map (NBM) Dan Rapid Under Limb Assesment (RULA). *Engineering and Technology International Journal*, 6(02), 66-77.
- Sekarsari, D., Pratiwi, A.D., & Farzan, A. (2017). Hubungan Lama Kerja, Gerakan Repetitif Dan Postur Janggal Pada Tangan Dengan Keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* (CTS) Pada Pekerja Pemecah Batu Di Kecamatan Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(6).
- Setiawan, A., Suryaningrat, I. B., & Subhan, I. H. (2012). Analisis Aspek Ergonomi Pekerja Bagian Sortasi Akhirpada Pengolahan Kopi Robusta Secara Semi Basah (Studi Kasus PT. JA Wattie Perkebunan Durjo Jember). *Agrointek: Jurnal Teknologi Industri Pertanian*, 6(2), 79-87.
- Suhardi, B. (2008). *Perancangan Sistem Kerja dan Ergonomi Industri*. Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Kejuruan.
- Sulaiman, F., & Sari, Y. P. (2018). Analisis Postur Kerja Pekerja Proses Pengeasahan Batu Akik Dengan Menggunakan Metode REBA. *Jurnal Optimalisasi*, 1(1).
- Sumigar, C. K., Kawatu, P. A., & Warouw, F. (2022). Hubungan Antara Umur Dan Masa Kerja Dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Petani Di Desa Tambelang Minahasa Selatan. *KESMAS*, 11(2).
- Sya'bana, A. R., & Herwanto, D. (2023). Analisis Postur Tubuh Menggunakan Metode RULA, REBA Pada Pekerja di Divisi *Packaging*. *Jurnal Serambi Engineering*, 8(2).
- Tjahayuningtyas, A. (2019). Faktor Yang Mempengaruhi Keluhan Musculoskeletal Disorders (Msd) Pada Pekerja Informal. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 8(1), 1-10.
- Utomo, C., Sulistiarini, E. B., & Putri, C. F. (2021). Analisis Tingkat Resiko Gangguan *Musculoskeletal Disorder* (MSDS) pada Pekerja Gudang Barang Jadi Dengan Menggunakan Metode REBA, RULA, dan OWAS. *Prosiding Snast*, 110-117.
- Wibowo, A. H., & Mawadati, A. (2021, March). *The Analysis Of Employees' Work Posture By Using Rapid Entire Body Assessment (REBA) And Rapid Upper Limb Assessment (RULA)*. In *IOP Conference Series: Earth And Environmental Science* (Vol. 704, No. 1, p. 012022). IOP Publishing.
- Wijaya, I. S. A., & Muhsin, A. (2018). *Analisa Postur Kerja Dengan Metode Rapid Upper Limb Assessment (Rula)* Pada Oparator Mesin *Extruder* Di Stasiun Kerja *Extruding* Pada PT XYZ. *Opsi*, 11(1), 49-57.
- Wildasari, T., & Nurcahyo, R. E. (2023). Hubungan Antara Postur Kerja, Umur, Masa Kerja Dengan Keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDS) Pada Pekerja. *Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 43-52.
- Winoto, A., & Marikena, N. (2023) Evaluasi Postur Kerja Operator Mesin Menggunakan Metode RULA Pada CV. Adi Jaya Teknik. *Jurnal Teknik Dan Industri*, 1(1), 1-13.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Boston Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire SSS

Symptom Severity Scale	1	2	3	4	5
How severe is the hand or wrist pain that you have at night?	Normal	Slight	Medium	Severe	Very serious
How often did hand or wrist pain wake you up during a typical night in the past two weeks?	Normal	Once	2 to 3 times	4 to 5 times	More than 5 times
Do you typically have pain in your hand or wrist during the daytime?	No pain	Slight	Medium	Severe	Very serious
How often do you have hand or wrist pain during daytime?	Normal	1-2 times / day	3-5 times / day	More than 5 times	Continued
How long on average does an episode of pain last during the daytime?	Normal	< 10 minutes	10 – 60 minutes continued	> 60 minutes	Continued
Do you have numbness (loss of sensation) in your hand?	Normal	Slight	Medium	Severe	Very serious
Do you have weakness in your hand or wrist?	Normal	Slight	Medium	Severe	Very serious
Do you have tingling sensations in your hand?	Normal	Slight	Medium	Severe	Very serious
How severe is numbness (loss of sensation) or tingling at night?	Normal	Slight	Medium	Severe	Very serious
How often did hand numbness or tingling wake you up during a typical night during the past two weeks?	Normal	Once	2 to 3 times	To 5 times	More than 5 times
Do you have difficulty with the grasping and use of small objects such as keys or pens?	Without difficulty	Little difficulty	Moderate difficulty	Very difficult	Very difficult

Lampiran 2. Boston Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire FSS

Functional Status Scale	No difficulty	Little difficulty	Moderate difficulty	Intense difficulty	Cannot perform the activity at all due to symptoms
Writing	1	2	3	4	5
Buttoning of clothes	1	2	3	4	5
Holding a book while reading	1	2	3	4	5
Gripping of a telephone handle	1	2	3	4	5
Opening of jars	1	2	3	4	5
Household chores	1	2	3	4	5
Carrying of grocery basket	1	2	3	4	5
Bathing and dressing	1	2	3	4	5

Lampiran 3. Lembar Pernyataan Persetujuan

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN
SETELAH PENJELASAN (INFORMED CONSENT)
KESEDIAAN MENGIKUTI PENELITIAN**

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

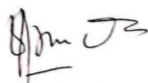
Nama : *Damaris RL*
Usia : *49 thn*
Alamat : *Bolokan*

Menyatakan bersedia untuk melakukan wawancara dan bersedia untuk dijadikan responden dalam penelitian yang berjudul "Analisis Postur Kerja Dan Keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* (CTS) Pada Pekerja Bagian Sortasi Biji Kopi (Studi Kasus: PT. Sulotco Jaya Abadi)". Prosedur penelitian ini tidak akan memberikan dampak dan risiko apapun pada responden. Saya telah diberikan penjelasan mengenai hal tersebut di atas dan telah diberikan kesempatan untuk bertanya mengenai hal-hal yang belum dimengerti dan telah mendapatkan jawaban yang jelas dan benar serta kerahasiaan jawaban yang saya berikan dijamin sepenuhnya oleh peneliti.

Dengan ini saya menyatakan secara sukarela untuk ikut sebagai subjek dalam penelitian ini.

Tana Toraja, 19 Juli 2024

Responden


(*Damaris..RL*.....)

Lampiran 4. Nordic Body Map

Kuesioner Nordic Body Map

Nama : Zuliana Saabti Padang	Tinggi Badan : 153 cm
Jenis Kelamin : Perempuan	Berat badan : 58 kg
Usia : 42 tahun	Lama Bekerja : 9 tahun

No	Jenis Keluhan	Tingkat Keluhan				Peta Bagian Tubuh
		TS	AS	S	SS	
0	Sakit/kaku di leher bagian atas		✓			
1	Sakit/kaku di leher bagian bawah		✓			
2	Sakit di bahu kiri	✓	✓			
3	Sakit di bahu kanan		✓			
4	Sakit pada lengan atas kiri		✓			
5	Sakit di punggung		✓			
6	Sakit pada lengan atas kanan		✓			
7	Sakit pada pinggang		✓			
8	Sakit pada bokong		✓			
9	Sakit pada pantat		✓			
10	Sakit pada siku kiri	✓				
11	Sakit pada siku kanan					
12	Sakit pada lengan bawah kiri	✓				
13	Sakit pada lengan bawah kanan		✓			
14	Sakit pada pergelangan tangan kiri	✓				
15	Sakit pada pergelangan tangan kanan		✓			
16	Sakit pada tangan kiri	✓				
17	Sakit pada tangan kanan		✓			
18	Sakit pada paha kiri	✓				
19	Sakit pada paha kanan		✓			
20	Sakit pada lutut kiri	✓				
21	Sakit pada lutut kanan				✓	
22	Sakit pada betis kiri				✓	
23	Sakit pada betis kanan				✓	
24	Sakit pada pergelangan kaki kiri	✓				
25	Sakit pada pergelangan kaki kanan				✓	
26	Sakit pada kaki kiri	✓				
27	Sakit pada kaki kanan				✓	
Total Skor Masing-masing		12	36	12		
Total Skor Keseluruhan				60		

Keterangan :

Skor 1 = Tidak sakit

Skor 2 = Agak sakit

Skor 3 = Sakit

Skor 4 = Sangat sakit

Kuesioner Nordic Body Map

Nama : Hermy S	Tinggi Badan : 131 cm
Jenis Kelamin : Perempuan	Berat badan : 66 kg
Usia : 44 tahun	Lama Bekerja : 9 tahun

No	Jenis Keluhan	Tingkat Keluhan				Peta Bagian Tubuh
		TS	AS	S	SS	
0	Sakit/kaku di leher bagian atas			✓		
1	Sakit/kaku di leher bagian bawah			✓		
2	Sakit di bahu kiri		✓			
3	Sakit di bahu kanan		✓			
4	Sakit pada lengan atas kiri		✓			
5	Sakit di punggung		✓			
6	Sakit pada lengan atas kanan		✓			
7	Sakit pada pinggang		✓			
8	Sakit pada bokong		✓			
9	Sakit pada pantat		✓			
10	Sakit pada siku kiri		✓			
11	Sakit pada siku kanan		✓			
12	Sakit pada lengan bawah kiri			✓		
13	Sakit pada lengan bawah kanan			✓		
14	Sakit pada pergelangan tangan kiri		✓			
15	Sakit pada pergelangan tangan kanan		✓			
16	Sakit pada tangan kiri		✓			
17	Sakit pada tangan kanan		✓			
18	Sakit pada paha kiri		✓			
19	Sakit pada paha kanan		✓			
20	Sakit pada lutut kiri			✓		
21	Sakit pada lutut kanan			✓		
22	Sakit pada betis kiri		✓			
23	Sakit pada betis kanan		✓			
24	Sakit pada pergelangan kaki kiri			✓		
25	Sakit pada pergelangan kaki kanan			✓		
26	Sakit pada kaki kiri		✓			
27	Sakit pada kaki kanan			✓		
Total Skor Masing-masing		15	24	5		
Total Skor Keseluruhan				44		

Keterangan :

Skor 1 = Tidak sakit

Skor 2 = Agak sakit

Skor 3 = Sakit

Skor 4 = Sangat sakit

Kuesioner Nordic Body Map

Nama : YENNY PATTE TAFE	Tinggi Badan : 165
Jenis Kelamin : Perempuan	Berat badan : 49
Usia : 29	Lama Bekerja : 3 tahun

No	Jenis Keluhan	Tingkat Keluhan				Peta Bagian Tubuh
		TS	AS	S	SS	
0	Sakit/kaku di leher bagian atas	✓				
1	Sakit/kaku di leher bagian bawah	✓				
2	Sakit di bahu kiri	✓				
3	Sakit di bahu kanan	✓				
4	Sakit pada lengan atas kiri	✓				
5	Sakit di punggung	✓				
6	Sakit pada lengan atas kanan		✓			
7	Sakit pada pinggang	✓				
8	Sakit pada bokong	✓				
9	Sakit pada pantat	✓				
10	Sakit pada siku kiri	✓				
11	Sakit pada siku kanan	✓				
12	Sakit pada lengan bawah kiri	✓				
13	Sakit pada lengan bawah kanan	✓				
14	Sakit pada pergelangan tangan kiri	✓				
15	Sakit pada pergelangan tangan kanan	✓				
16	Sakit pada tangan kiri	✓				
17	Sakit pada tangan kanan	✓				
18	Sakit pada paha kiri	✓				
19	Sakit pada paha kanan	✓				
20	Sakit pada lutut kiri	✓				
21	Sakit pada lutut kanan	✓				
22	Sakit pada betis kiri	✓				
23	Sakit pada betis kanan	✓				
24	Sakit pada pergelangan kaki kiri	✓				
25	Sakit pada pergelangan kaki kanan	✓				
26	Sakit pada kaki kiri	✓				
27	Sakit pada kaki kanan	✓				
Total Skor Masing-masing		24	2			
Total Skor Keseluruhan				26		

Keterangan :

Skor 1 = Tidak sakit

Skor 2 = Agak sakit

Skor 3 = Sakit

Skor 4 = Sangat sakit

Kuesioner Nordic Body Map

Nama : Zuliana Saabti Padang	Tinggi Badan :
Jenis Kelamin : Perempuan	Berat badan : 53
Usia : 57 tahun	Lama Bekerja : 11 tahun 6 bulan

No	Jenis Keluhan	Tingkat Keluhan				Peta Bagian Tubuh
		TS	AS	S	SS	
0	Sakit/kaku di leher bagian atas	✓				
1	Sakit/kaku di leher bagian bawah	✓				
2	Sakit di bahu kiri	✓				
3	Sakit di bahu kanan	✓				
4	Sakit pada lengan atas kiri	✓				
5	Sakit di punggung	✓				
6	Sakit pada lengan atas kanan	✓				
7	Sakit pada pinggang	✓				
8	Sakit pada bokong	✓				
9	Sakit pada pantat	✓				
10	Sakit pada siku kiri	✓				
11	Sakit pada siku kanan	✓				
12	Sakit pada lengan bawah kiri	✓				
13	Sakit pada lengan bawah kanan	✓				
14	Sakit pada pergelangan tangan kiri	✓				
15	Sakit pada pergelangan tangan kanan	✓				
16	Sakit pada tangan kiri	✓				
17	Sakit pada tangan kanan	✓				
18	Sakit pada paha kiri	✓				
19	Sakit pada paha kanan	✓				
20	Sakit pada lutut kiri	✓				
21	Sakit pada lutut kanan	✓				
22	Sakit pada betis kiri	✓				
23	Sakit pada betis kanan	✓				
24	Sakit pada pergelangan kaki kiri	✓				
25	Sakit pada pergelangan kaki kanan	✓				
26	Sakit pada kaki kiri	✓				
27	Sakit pada kaki kanan	✓				
Total Skor Masing-masing		24	1			
Total Skor Keseluruhan				25		

Keterangan :

Skor 1 = Tidak sakit

Skor 2 = Agak sakit

Skor 3 = Sakit

Skor 4 = Sangat sakit

Kuesioner Nordic Body Map

Nama : <u>S F Dawuri</u>	Tinggi Badan : <u>165 cm</u>
Jenis Kelamin : <u>P</u>	Berat badan : <u>44 kg</u>
Usia : <u>41</u>	Lama Bekerja : <u>3 tahun</u>

No	Jenis Keluhan	Tingkat Keluhan				Peta Bagian Tubuh
		TS	AS	S	SS	
0	Sakit/kaku di leher bagian atas		✓			
1	Sakit/kaku di leher bagian bawah		✓			
2	Sakit di bahu kiri	✓				
3	Sakit di bahu kanan	✓				
4	Sakit pada lengan atas kiri	✓				
5	Sakit di punggung			✓		
6	Sakit pada lengan atas kanan	✓				
7	Sakit pada pinggang			✓		
8	Sakit pada bokong	✓				
9	Sakit pada pantat	✓				
10	Sakit pada siku kiri	✓				
11	Sakit pada siku kanan	✓				
12	Sakit pada lengan bawah kiri	✓				
13	Sakit pada lengan bawah kanan	✓				
14	Sakit pada pergelangan tangan kiri	✓				
15	Sakit pada pergelangan tangan kanan	✓				
16	Sakit pada tangan kiri	✓				
17	Sakit pada tangan kanan	✓				
18	Sakit pada paha kiri	✓				
19	Sakit pada paha kanan	✓				
20	Sakit pada lutut kiri	✓				
21	Sakit pada lutut kanan	✓				
22	Sakit pada betis kiri	✓				
23	Sakit pada betis kanan	✓				
24	Sakit pada pergelangan kaki kiri	✓				
25	Sakit pada pergelangan kaki kanan	✓				
26	Sakit pada kaki kiri	✓				
27	Sakit pada kaki kanan	✓				
Total Skor Masing-masing		20	12	6		
Total Skor Keseluruhan		38				

Keterangan :

- Skor 1 = Tidak sakit
 Skor 2 = Agak sakit
 Skor 3 = Sakit
 Skor 4 = Sangat sakit

Kuesioner Nordic Body Map

Nama : <u>Rupa A.S</u>	Tinggi Badan : <u>165</u>
Jenis Kelamin : <u>Perempuan</u>	Berat badan : <u>44 kg</u>
Usia : <u>28 tahun</u>	Lama Bekerja : <u>2 tahun</u>

No	Jenis Keluhan	Tingkat Keluhan				Peta Bagian Tubuh
		TS	AS	S	SS	
0	Sakit/kaku di leher bagian atas	✓				
1	Sakit/kaku di leher bagian bawah	✓				
2	Sakit di bahu kiri	✓				
3	Sakit di bahu kanan	✓				
4	Sakit pada lengan atas kiri	✓				
5	Sakit di punggung			✓		
6	Sakit pada lengan atas kanan	✓				
7	Sakit pada pinggang			✓		
8	Sakit pada bokong	✓				
9	Sakit pada pantat	✓				
10	Sakit pada siku kiri	✓				
11	Sakit pada siku kanan	✓				
12	Sakit pada lengan bawah kiri	✓				
13	Sakit pada lengan bawah kanan	✓				
14	Sakit pada pergelangan tangan kiri	✓				
15	Sakit pada pergelangan tangan kanan	✓				
16	Sakit pada tangan kiri	✓				
17	Sakit pada tangan kanan	✓				
18	Sakit pada paha kiri	✓				
19	Sakit pada paha kanan	✓				
20	Sakit pada lutut kiri	✓				
21	Sakit pada lutut kanan	✓				
22	Sakit pada betis kiri	✓				
23	Sakit pada betis kanan	✓				
24	Sakit pada pergelangan kaki kiri	✓				
25	Sakit pada pergelangan kaki kanan	✓				
26	Sakit pada kaki kiri	✓				
27	Sakit pada kaki kanan	✓				
Total Skor Masing-masing		26	4			
Total Skor Keseluruhan		30				

Keterangan :

- Skor 1 = Tidak sakit
 Skor 2 = Agak sakit
 Skor 3 = Sakit
 Skor 4 = Sangat sakit

Kuesioner Nordic Body Map

Nama : <u>Marta Kanari</u>	Tinggi Badan : <u>145</u>
Jenis Kelamin : <u>perempuan</u>	Berat badan : <u>37</u>
Usia : <u>49 tahun</u>	Lama Bekerja : <u>2 tahun</u>

No	Jenis Keluhan	Tingkat Keluhan				Peta Bagian Tubuh
		TS	AS	S	SS	
0	Sakit/kaku di leher bagian atas					
1	Sakit/kaku di leher bagian bawah	✓				
2	Sakit di bahu kiri			✓		
3	Sakit di bahu kanan			✓		
4	Sakit pada lengan atas kiri			✓		
5	Sakit di punggung				✓	
6	Sakit pada lengan atas kanan	✓				
7	Sakit pada pinggang			✓		
8	Sakit pada bokong	✓				
9	Sakit pada pantat	✓				
10	Sakit pada siku kiri	✓				
11	Sakit pada siku kanan	✓				
12	Sakit pada lengan bawah kiri	✓				
13	Sakit pada lengan bawah kanan	✓				
14	Sakit pada pergelangan tangan kiri	✓				
15	Sakit pada pergelangan tangan kanan	✓				
16	Sakit pada tangan kiri	✓				
17	Sakit pada tangan kanan	✓				
18	Sakit pada paha kiri	✓				
19	Sakit pada paha kanan	✓				
20	Sakit pada lutut kiri	✓				
21	Sakit pada lutut kanan			✓		
22	Sakit pada betis kiri	✓				
23	Sakit pada betis kanan	✓				
24	Sakit pada pergelangan kaki kiri	✓				
25	Sakit pada pergelangan kaki kanan	✓				
26	Sakit pada kaki kiri	✓				
27	Sakit pada kaki kanan	✓				
Total Skor Masing-masing		27	12			
Total Skor Keseluruhan		39				

Keterangan :

- Skor 1 = Tidak sakit
 Skor 2 = Agak sakit
 Skor 3 = Sakit
 Skor 4 = Sangat sakit

Kuesioner Nordic Body Map

Nama : <u>Dawuri RL</u>	Tinggi Badan : <u>145</u>
Jenis Kelamin : <u>Perempuan</u>	Berat badan : <u>55 kg</u>
Usia : <u>49 tahun</u>	Lama Bekerja : <u>3 tahun</u>

No	Jenis Keluhan	Tingkat Keluhan				Peta Bagian Tubuh
		TS	AS	S	SS	
0	Sakit/kaku di leher bagian atas		✓			
1	Sakit/kaku di leher bagian bawah		✓			
2	Sakit di bahu kiri			✓		
3	Sakit di bahu kanan			✓		
4	Sakit pada lengan atas kiri		✓			
5	Sakit di punggung			✓	✓	
6	Sakit pada lengan atas kanan		✓			
7	Sakit pada pinggang			✓	✓	
8	Sakit pada bokong		✓	✓		
9	Sakit pada pantat	✓				
10	Sakit pada siku kiri	✓				
11	Sakit pada siku kanan	✓				
12	Sakit pada lengan bawah kiri	✓	✓			
13	Sakit pada lengan bawah kanan	✓				
14	Sakit pada pergelangan tangan kiri	✓				
15	Sakit pada pergelangan tangan kanan		✓			
16	Sakit pada tangan kiri			✓		
17	Sakit pada tangan kanan			✓		
18	Sakit pada paha kiri		✓			
19	Sakit pada paha kanan		✓			
20	Sakit pada lutut kiri	✓	✓			
21	Sakit pada lutut kanan	✓				
22	Sakit pada betis kiri	✓				
23	Sakit pada betis kanan		✓			
24	Sakit pada pergelangan kaki kiri		✓	✓		
25	Sakit pada pergelangan kaki kanan		✓	✓		
26	Sakit pada kaki kiri	✓				
27	Sakit pada kaki kanan	✓				
Total Skor Masing-masing		10	24	19		

Keterangan :

- Skor 1 = Tidak sakit
 Skor 2 = Agak sakit
 Skor 3 = Sakit
 Skor 4 = Sangat sakit

Kuesioner Nordic Body Map

Nama :	Ester Kurnia	Tinggi Badan :	165 cm
Jenis Kelamin :	Perempuan	Berat badan :	61 kg
Usia :	34 tahun	Lama Bekerja :	9 tahun

No	Jenis Keluhan	Tingkat Keluhan				Peta Bagian Tubuh
		TS	AS	S	SS	
0	Sakit/kaku di leher bagian atas		✓			
1	Sakit/kaku di leher bagian bawah		✓			
2	Sakit di bahu kiri	✓				
3	Sakit di bahu kanan			✓		
4	Sakit pada lengan atas kiri	✓				
5	Sakit di punggung	✓				
6	Sakit pada lengan atas kanan	✓				
7	Sakit pada pinggang			✓		
8	Sakit pada bokong	✓				
9	Sakit pada pantat	✓				
10	Sakit pada siku kiri	✓				
11	Sakit pada siku kanan	✓				
12	Sakit pada lengan bawah kiri	✓				
13	Sakit pada lengan bawah kanan	✓				
14	Sakit pada pergelangan tangan kiri		✓			
15	Sakit pada pergelangan tangan kanan		✓			
16	Sakit pada tangan kiri	✓				
17	Sakit pada tangan kanan	✓				
18	Sakit pada paha kiri	✓				
19	Sakit pada paha kanan	✓				
20	Sakit pada lutut kiri	✓				
21	Sakit pada lutut kanan	✓				
22	Sakit pada betis kiri	✓				
23	Sakit pada betis kanan		✓			
24	Sakit pada pergelangan kaki kiri	✓				
25	Sakit pada pergelangan kaki kanan	✓				
26	Sakit pada kaki kiri	✓	✓			
27	Sakit pada kaki kanan	✓	✓			
Total Skor Masing-masing		18	14	6		
Total Skor Keseluruhan					38	

Keterangan :

Skor 1 = Tidak sakit

Skor 2 = Agak sakit

Skor 3 = Sakit

Skor 4 = Sangat sakit

Lampiran 5. Kuesioner Boston Carpal Tunnel Syndrome SSS

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Yuliana Kalo
 Usia : 52
 Lama Kerja : 1 tahun 6 bulan

Berikut ini merupakan *Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire* yang merujuk gejala dalam waktu 24 jam selama seminggu terakhir. Lingkari jawaban sesuai keluhan !

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5
1	Bagaimana rasa nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang anda alami di malam hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
2	Berapa kali anda merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang membuat anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Tidak pernah	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
3	Apakah anda biasanya merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
4	Berapa kali anda mengalami nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak pernah	Satu atau dua kali sehari	3 sampai 5 kali sehari	Lebih dari 5 kali sehari	Menetap
5	Secara rata-rata, berapa lama satu episode nyeri berlangsung di siang hari yang anda alami?	Tidak ada	Kurang dari 10 menit	10-60 menit	Lebih dari 60 menit	Menetap
6	Apakah anda mengalami mati rasa (kebas) di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
7	Apakah anda mengalami kelemahan pada tangan atau pergelangan tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
8	Apakah Anda merasakan kesemutan di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
9	Bagaimana tingkat mati rasa (kebas) atau kesemutan yang anda rasakan di malam hari?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
10	Berapa kali mati rasa (kebas) atau rasa kesemutan pada tangan membuat Anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Normal	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
11	Apakah anda kesulitan memegang atau menggunakan benda-benda kecil seperti kunci atau pena?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : St. Paulus
 Usia : 41 tahun
 Lama Kerja : 3 tahun

Berikut ini merupakan *Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire* yang merujuk gejala dalam waktu 24 jam selama seminggu terakhir. Lingkari jawaban sesuai keluhan !

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5
1	Bagaimana rasa nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang anda alami di malam hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
2	Berapa kali anda merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang membuat anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Tidak pernah	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
3	Apakah anda biasanya merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
4	Berapa kali anda mengalami nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak pernah	Satu atau dua kali sehari	3 sampai 5 kali sehari	Lebih dari 5 kali sehari	Menetap
5	Secara rata-rata, berapa lama satu episode nyeri berlangsung di siang hari yang anda alami?	Tidak ada	Kurang dari 10 menit	10-60 menit	Lebih dari 60 menit	Menetap
6	Apakah anda mengalami mati rasa (kebas) di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
7	Apakah anda mengalami kelemahan pada tangan atau pergelangan tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
8	Apakah Anda merasakan kesemutan di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
9	Bagaimana tingkat mati rasa (kebas) atau kesemutan yang anda rasakan di malam hari?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
10	Berapa kali mati rasa (kebas) atau rasa kesemutan pada tangan membuat Anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Normal	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
11	Apakah anda kesulitan memegang atau menggunakan benda-benda kecil seperti kunci atau pena?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Damaris, R L
 Usia : 49 thn
 Lama Kerja : 6 tahun

Berikut ini merupakan *Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire* yang merujuk gejala dalam waktu 24 jam selama seminggu terakhir. Lingkari jawaban sesuai keluhan !

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5
1	Bagaimana rasa nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang anda alami di malam hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
2	Berapa kali anda merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang membuat anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Tidak pernah	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
3	Apakah anda biasanya merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
4	Berapa kali anda mengalami nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak pernah	Satu atau dua kali sehari	3 sampai 5 kali sehari	Lebih dari 5 kali sehari	Menetap
5	Secara rata-rata, berapa lama satu episode nyeri berlangsung di siang hari yang anda alami?	Tidak ada	Kurang dari 10 menit	10-60 menit	Lebih dari 60 menit	Menetap
6	Apakah anda mengalami mati rasa (kebas) di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
7	Apakah anda mengalami kelemahan pada tangan atau pergelangan tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
8	Apakah Anda merasakan kesemutan di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
9	Bagaimana tingkat mati rasa (kebas) atau kesemutan yang anda rasakan di malam hari?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
10	Berapa kali mati rasa (kebas) atau rasa kesemutan pada tangan membuat Anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Normal	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
11	Apakah anda kesulitan memegang atau menggunakan benda-benda kecil seperti kunci atau pena?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Harjuni S
 Usia : 44 tahun
 Lama Kerja : 7 tahun

Berikut ini merupakan *Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire* yang merujuk gejala dalam waktu 24 jam selama seminggu terakhir. Lingkari jawaban sesuai keluhan !

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5
1	Bagaimana rasa nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang anda alami di malam hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
2	Berapa kali anda merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang membuat anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Tidak pernah	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
3	Apakah anda biasanya merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
4	Berapa kali anda mengalami nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak pernah	Satu atau dua kali sehari	3 sampai 5 kali sehari	Lebih dari 5 kali sehari	Menetap
5	Secara rata-rata, berapa lama satu episode nyeri berlangsung di siang hari yang anda alami?	Tidak ada	Kurang dari 10 menit	10-60 menit	Lebih dari 60 menit	Menetap
6	Apakah anda mengalami mati rasa (kebas) di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
7	Apakah anda mengalami kelemahan pada tangan atau pergelangan tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
8	Apakah Anda merasakan kesemutan di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
9	Bagaimana tingkat mati rasa (kebas) atau kesemutan yang anda rasakan di malam hari?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
10	Berapa kali mati rasa (kebas) atau rasa kesemutan pada tangan membuat Anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Normal	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
11	Apakah anda kesulitan memegang atau menggunakan benda-benda kecil seperti kunci atau pena?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Ester RoubUsia : 34 tahunLama Kerja : 7 tahun

Berikut ini merupakan *Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire* yang merujuk gejala dalam waktu 24 jam selama seminggu terakhir. Lingkari jawaban sesuai keluhan!

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5
1	Bagaimana rasa nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang anda alami di malam hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
2	Berapa kali anda merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang membuat anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Tidak pernah	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
3	Apakah anda biasanya merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
4	Berapa kali anda mengalami nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak pernah	Satu atau dua kali sehari	3 sampai 5 kali sehari	Lebih dari 5 kali sehari	Menetap
5	Secara rata-rata, berapa lama satu episode nyeri berlangsung di siang hari yang anda alami?	Tidak ada	Kurang dari 10 menit	10-60 menit	Lebih dari 60 menit	Menetap
6	Apakah anda mengalami mati rasa (kebas) di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
7	Apakah anda mengalami kelemahan pada tangan atau pergelangan tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
8	Apakah Anda merasakan kesemutan di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
9	Bagaimana tingkat mati rasa (kebas) atau kesemutan yang anda rasakan di malam hari?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
10	Berapa kali mati rasa (kebas) atau rasa kesemutan pada tangan membuat Anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Normal	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
11	Apakah anda kesulitan memegang atau menggunakan benda-benda kecil seperti kunci atau pena?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Deffa A.SUsia : 80 tahunLama Kerja : 2 tahun

Berikut ini merupakan *Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire* yang merujuk gejala dalam waktu 24 jam selama seminggu terakhir. Lingkari jawaban sesuai keluhan!

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5
1	Bagaimana rasa nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang anda alami di malam hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
2	Berapa kali anda merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang membuat anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Tidak pernah	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
3	Apakah anda biasanya merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
4	Berapa kali anda mengalami nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak pernah	Satu atau dua kali sehari	3 sampai 5 kali sehari	Lebih dari 5 kali sehari	Menetap
5	Secara rata-rata, berapa lama satu episode nyeri berlangsung di siang hari yang anda alami?	Tidak ada	Kurang dari 10 menit	10-60 menit	Lebih dari 60 menit	Menetap
6	Apakah anda mengalami mati rasa (kebas) di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
7	Apakah anda mengalami kelemahan pada tangan atau pergelangan tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
8	Apakah Anda merasakan kesemutan di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
9	Bagaimana tingkat mati rasa (kebas) atau kesemutan yang anda rasakan di malam hari?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
10	Berapa kali mati rasa (kebas) atau rasa kesemutan pada tangan membuat Anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Normal	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
11	Apakah anda kesulitan memegang atau menggunakan benda-benda kecil seperti kunci atau pena?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Suhana Rette . tUsia : 42 tahunLama Kerja : karyawan swasta

Berikut ini merupakan *Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire* yang merujuk gejala dalam waktu 24 jam selama seminggu terakhir. Lingkari jawaban sesuai keluhan!

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5
1	Bagaimana rasa nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang anda alami di malam hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
2	Berapa kali anda merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang membuat anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Tidak pernah	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
3	Apakah anda biasanya merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
4	Berapa kali anda mengalami nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak pernah	Satu atau dua kali sehari	3 sampai 5 kali sehari	Lebih dari 5 kali sehari	Menetap
5	Secara rata-rata, berapa lama satu episode nyeri berlangsung di siang hari yang anda alami?	Tidak ada	Kurang dari 10 menit	10-60 menit	Lebih dari 60 menit	Menetap
6	Apakah anda mengalami mati rasa (kebas) di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
7	Apakah anda mengalami kelemahan pada tangan atau pergelangan tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
8	Apakah Anda merasakan kesemutan di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
9	Bagaimana tingkat mati rasa (kebas) atau kesemutan yang anda rasakan di malam hari?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
10	Berapa kali mati rasa (kebas) atau rasa kesemutan pada tangan membuat Anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Normal	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
11	Apakah anda kesulitan memegang atau menggunakan benda-benda kecil seperti kunci atau pena?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Marta KananUsia : 79 tahun

Lama Kerja :

Berikut ini merupakan *Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire* yang merujuk gejala dalam waktu 24 jam selama seminggu terakhir. Lingkari jawaban sesuai keluhan!

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5
1	Bagaimana rasa nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang anda alami di malam hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
2	Berapa kali anda merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang membuat anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Tidak pernah	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
3	Apakah anda biasanya merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
4	Berapa kali anda mengalami nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	Tidak pernah	Satu atau dua kali sehari	3 sampai 5 kali sehari	Lebih dari 5 kali sehari	Menetap
5	Secara rata-rata, berapa lama satu episode nyeri berlangsung di siang hari yang anda alami?	Tidak ada	Kurang dari 10 menit	10-60 menit	Lebih dari 60 menit	Menetap
6	Apakah anda mengalami mati rasa (kebas) di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
7	Apakah anda mengalami kelemahan pada tangan atau pergelangan tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
8	Apakah Anda merasakan kesemutan di tangan?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
9	Bagaimana tingkat mati rasa (kebas) atau kesemutan yang anda rasakan di malam hari?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
10	Berapa kali mati rasa (kebas) atau rasa kesemutan pada tangan membuat Anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Normal	Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
11	Apakah anda kesulitan memegang atau menggunakan benda-benda kecil seperti kunci atau pena?	Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Yenni Pdkk Tant

Usia : 29 tahun

Lama Kerja : 3 tahun

Berikut ini merupakan *Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire* yang merujuk gejala dalam waktu 24 jam selama seminggu terakhir. Lingkari jawaban sesuai keluhan !

No	Pertanyaan	1	2	3	4	5
1	Bagaimana rasa nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang anda alami di malam hari?	☒ Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
2	Berapa kali anda merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan yang membuat anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Tidak pernah	☒ Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
3	Apakah anda biasanya merasakan nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	☒ Tidak ada nyeri	Nyeri ringan	Nyeri sedang	Nyeri berat	Nyeri sangat berat
4	Berapa kali anda mengalami nyeri pada tangan atau pergelangan tangan di siang hari?	☒ Tidak pernah	Satu atau dua kali sehari	3 sampai 5 kali sehari	Lebih dari 5 kali sehari	Menetap
5	Secara rata-rata, berapa lama satu episode nyeri berlangsung di siang hari yang anda alami?	☒ Tidak ada	Kurang dari 10 menit	10-60 menit	Lebih dari 60 menit	Menetap
6	Apakah anda mengalami mati rasa (kebas) di tangan?	☒ Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
7	Apakah anda mengalami kelemahan pada tangan atau pergelangan tangan?	Tidak	☒ Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
8	Apakah Anda merasakan kesemutan di tangan?	Tidak	☒ Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
9	Bagaimana tingkat mati rasa (kebas) atau kesemutan yang anda rasakan di malam hari?	Tidak	☒ Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat
10	Berapa kali mati rasa (kebas) atau rasa kesemutan pada tangan membuat Anda terbangun di malam hari selama dua minggu terakhir?	Normal	☒ Satu kali	2 atau 3 kali	4 atau 5 kali	Lebih dari 5 kali
11	Apakah anda kesulitan menggenggam atau menggunakan benda-benda kecil seperti kunci atau pena?	☒ Tidak	Ringan	Sedang	Berat	Sangat berat

Lampiran 6. Kuesioner *Boston Carpal Tunnel Syndrome FSS*

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Yuliana kala'

Usia : 54 tahun

Lama Kerja : 1 tahun 6 bulan

Skala Status Fungsional (8 pertanyaan) pada satu hari selama 2 minggu terakhir apakah gejala pada tangan atau pergelangan tangan anda menyebabkan kesulitan melakukan aktifitas berikut? Mohon lingkari satu jawaban yang paling mendekati kemampuan anda melakukan aktifitas

No	Aktivitas	Tidak ada kesulitan	Kesulitan ringan	Kesulitan sedang	Kesulitan berat	Tidak dapat melakukan sama sekali akibat gejala pada tangan atau pergelangan tangan
1	Menulis	0	2	3	4	5
2	Mengancing pakaian	0	2	3	4	5
3	Memegang buku Ketika membaca	0	2	3	4	5
4	Mengenggam gagang telepon	0	2	3	4	5
5	Membuka toples	0	2	3	4	5
6	Meleakukan pekerjaan rumah tangga (contoh: menyapu menyetrika dan mencuci menggunakan tangan)	0	2	3	4	5
7	Membawa tas belanjaan	0	2	3	4	5
8	Mandi dan berpakaian	0	2	3	4	5

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Yuliana Rahle T

Usia : 42 Tahun

Lama Kerja : 9 tahun

Skala Status Fungsional (8 pertanyaan) pada satu hari selama 2 minggu terakhir apakah gejala pada tangan atau pergelangan tangan anda menyebabkan kesulitan melakukan aktifitas berikut? Mohon lingkari satu jawaban yang paling mendekati kemampuan anda melakukan aktifitas

No	Aktivitas	Tidak ada kesulitan	Kesulitan ringan	Kesulitan sedang	Kesulitan berat	Tidak dapat melakukan sama sekali akibat gejala pada tangan atau pergelangan tangan
1	Menulis	0	2	3	4	5
2	Mengancing pakaian	0	2	3	4	5
3	Memegang buku Ketika membaca	0	2	3	4	5
4	Mengenggam gagang telepon	1	2	3	4	5
5	Membuka toples	1	2	3	4	5
6	Meleakukan pekerjaan rumah tangga (contoh: menyapu menyetrika dan mencuci menggunakan tangan)	1	2	3	4	5
7	Membawa tas belanjaan	1	2	3	4	5
8	Mandi dan berpakaian	0	2	3	4	5

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Rospa A.S

Usia : 28 Tahun

Lama Kerja : 2 Tahun

Skala Status Fungsional (8 pertanyaan) pada satu hari selama 2 minggu terakhir apakah gejala pada tangan atau pergelangan tangan anda menyebabkan kesulitan melakukan aktifitas berikut? Mohon lingkari satu jawaban yang paling mendekati kemampuan anda melakukan aktifitas

No	Aktivitas	Tidak ada kesulitan	Kesulitan ringan	Kesulitan sedang	Kesulitan berat	Tidak dapat melakukan sama sekali akibat gejala pada tangan atau pergelangan tangan
1	Menulis	0	2	3	4	5
2	Mengancing pakaian	1	2	3	4	5
3	Memegang buku Ketika membaca	0	2	3	4	5
4	Mengenggam gagang telepon	0	2	3	4	5
5	Membuka toples	0	2	3	4	5
6	Meleakukan pekerjaan rumah tangga (contoh: menyapu menyetrika dan mencuci menggunakan tangan)	0	2	3	4	5
7	Membawa tas belanjaan	0	2	3	4	5
8	Mandi dan berpakaian	0	2	3	4	5

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Ester Komba
Usia : 34 tahun
Lama Kerja : 9 Tahun

Skala Status Fungsional (8 pertanyaan) pada satu hari selama 2 minggu terakhir apakah gejala pada tangan atau pergelangan tangan anda menyebabkan kesulitan melakukan aktifitas berikut? Mohon lingkari satu jawaban yang paling mendekati kemampuan anda melakukan aktifitas

No	Aktivitas	Tidak ada kesulitan	Kesulitan ringan	Kesulitan sedang	Kesulitan berat	Tidak dapat melakukan sama sekali akibat gejala pada tangan atau pergelangan tangan
1	Menulis	①	2	3	4	5
2	Mengancing pakaian	①	2	3	4	5
3	Memegang buku Ketika membaca	①	2	3	4	5
4	Mengenggam gagang telepon	1	②	3	4	5
5	Membuka toples	1	②	3	4	5
6	Meleakukan pekerjaan rumah tangga (contoh: menyapu menyetrir dan mencuci menggunakan tangan)	1	②	3	4	5
7	Membawa tas belanjaan	1	②	3	4	5
8	Mandi dan berpakaian	1	②	3	4	5

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : ST. DAMARIS
Usia : 41 Tahun
Lama Kerja : 3 Tahun

Skala Status Fungsional (8 pertanyaan) pada satu hari selama 2 minggu terakhir apakah gejala pada tangan atau pergelangan tangan anda menyebabkan kesulitan melakukan aktifitas berikut? Mohon lingkari satu jawaban yang paling mendekati kemampuan anda melakukan aktifitas

No	Aktivitas	Tidak ada kesulitan	Kesulitan ringan	Kesulitan sedang	Kesulitan berat	Tidak dapat melakukan sama sekali akibat gejala pada tangan atau pergelangan tangan
1	Menulis	①	2	3	4	5
2	Mengancing pakaian	①	2	3	4	5
3	Memegang buku Ketika membaca	①	2	3	4	5
4	Mengenggam gagang telepon	①	2	3	4	5
5	Membuka toples	①	2	3	4	5
6	Meleakukan pekerjaan rumah tangga (contoh: menyapu menyetrir dan mencuci menggunakan tangan)	①	2	3	4	5
7	Membawa tas belanjaan	①	2	3	4	5
8	Mandi dan berpakaian	①	2	3	4	5

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Damaris R L
Usia : 49 tahun
Lama Kerja : 8 tahun

Skala Status Fungsional (8 pertanyaan) pada satu hari selama 2 minggu terakhir apakah gejala pada tangan atau pergelangan tangan anda menyebabkan kesulitan melakukan aktifitas berikut? Mohon lingkari satu jawaban yang paling mendekati kemampuan anda melakukan aktifitas

No	Aktivitas	Tidak ada kesulitan	Kesulitan ringan	Kesulitan sedang	Kesulitan berat	Tidak dapat melakukan sama sekali akibat gejala pada tangan atau pergelangan tangan
1	Menulis	①	2	3	4	5
2	Mengancing pakaian	①	2	3	4	5
3	Memegang buku Ketika membaca	①	2	3	4	5
4	Mengenggam gagang telepon	①	2	3	4	5
5	Membuka toples	①	2	3	4	5
6	Meleakukan pekerjaan rumah tangga (contoh: menyapu menyetrir dan mencuci menggunakan tangan)	①	2	3	4	5
7	Membawa tas belanjaan	①	2	3	4	5
8	Mandi dan berpakaian	①	2	3	4	5

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Yous Roke Tork
Usia : 89 Tahun
Lama Kerja : 3 tahun

Skala Status Fungsional (8 pertanyaan) pada satu hari selama 2 minggu terakhir apakah gejala pada tangan atau pergelangan tangan anda menyebabkan kesulitan melakukan aktifitas berikut? Mohon lingkari satu jawaban yang paling mendekati kemampuan anda melakukan aktifitas

No	Aktivitas	Tidak ada kesulitan	Kesulitan ringan	Kesulitan sedang	Kesulitan berat	Tidak dapat melakukan sama sekali akibat gejala pada tangan atau pergelangan tangan
1	Menulis	①	2	3	4	5
2	Mengancing pakaian	1	②	3	4	5
3	Memegang buku Ketika membaca	①	2	3	4	5
4	Mengenggam gagang telepon	①	2	3	4	5
5	Membuka toples	1	②	3	4	5
6	Meleakukan pekerjaan rumah tangga (contoh: menyapu menyetrir dan mencuci menggunakan tangan)	1	②	3	4	5
7	Membawa tas belanjaan	①	2	3	4	5
8	Mandi dan berpakaian	①	2	3	4	5

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Marta Kavan
Usia : 49 tahun
Lama Kerja : 2 tahun

Skala Status Fungsional (8 pertanyaan) pada satu hari selama 2 minggu terakhir apakah gejala pada tangan atau pergelangan tangan anda menyebabkan kesulitan melakukan aktifitas berikut? Mohon lingkari satu jawaban yang paling mendekati kemampuan anda melakukan aktifitas

No	Aktivitas	Tidak ada kesulitan	Kesulitan ringan	Kesulitan sedang	Kesulitan berat	Tidak dapat melakukan sama sekali akibat gejala pada tangan atau pergelangan tangan
1	Menulis	①	2	3	4	5
2	Mengancing pakaian	①	2	3	4	5
3	Memegang buku Ketika membaca	①	2	3	4	5
4	Mengenggam gagang telepon	①	2	3	4	5
5	Membuka toples	①	2	3	4	5
6	Meleakukan pekerjaan rumah tangga (contoh: menyapu menyetrir dan mencuci menggunakan tangan)	①	2	3	4	5
7	Membawa tas belanjaan	①	2	3	4	5
8	Mandi dan berpakaian	①	2	3	4	5

Carpal Tunnel Syndrome Questionnaire

Nama : Hereny S
Usia : 44 Tahun
Lama Kerja : 9 Tahun

Skala Status Fungsional (8 pertanyaan) pada satu hari selama 2 minggu terakhir apakah gejala pada tangan atau pergelangan tangan anda menyebabkan kesulitan melakukan aktifitas berikut? Mohon lingkari satu jawaban yang paling mendekati kemampuan anda melakukan aktifitas

No	Aktivitas	Tidak ada kesulitan	Kesulitan ringan	Kesulitan sedang	Kesulitan berat	Tidak dapat melakukan sama sekali akibat gejala pada tangan atau pergelangan tangan
1	Menulis	①	2	3	4	5
2	Mengancing pakaian	①	2	3	4	5
3	Memegang buku Ketika membaca	①	2	3	4	5
4	Mengenggam gagang telepon	①	2	3	4	5
5	Membuka toples	①	2	3	4	5
6	Meleakukan pekerjaan rumah tangga (contoh: menyapu menyetrir dan mencuci menggunakan tangan)	①	2	3	4	5
7	Membawa tas belanjaan	①	2	3	4	5
8	Mandi dan berpakaian	①	2	3	4	5

Lampiran 7. Phalen's test

Pemeriksaan Fisik Phalen's Test	
Nama	: Yuliana Kala'
Usia	: 54 tahun
	
Phalen's Test	
Keluhan yang dirasakan	Hasil
Sakit/Nyeri	-
Kesemutan	-
Mati Rasa	-
Hasil : (+) / Ya : jika timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan (-) / Tidak : jika tidak timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan	

Pemeriksaan Fisik Phalen's Test	
Nama	: ST - Dikoni's
Usia	: 3 tahun
	
Phalen's Test	
Keluhan yang dirasakan	Hasil
Sakit/Nyeri	-
Kesemutan	+
Mati Rasa	-
Hasil : (+) / Ya : jika timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan (-) / Tidak : jika tidak timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan	

Pemeriksaan Fisik
Phalen's Test

Nama : *Dawons R*
Usia : *49 th*



Phalen's Test	
Keluhan yang dirasakan	Hasil
Sakit/Nyeri	—
Kesemutan	+
Mati Rasa	—

Hasil :

(+) / Ya : jika timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan
(-) / Tidak : jika tidak timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan

Pemeriksaan Fisik
Phalen's Test

Nama : *Henny S*
Usia : *44 th*



Phalen's Test	
Keluhan yang dirasakan	Hasil
Sakit/Nyeri	+
Kesemutan	+
Mati Rasa	—

Hasil :

(+) / Ya : jika timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan
(-) / Tidak : jika tidak timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan

Pemeriksaan Fisik
Phalen's Test

Nama : Ester Pamb
Usia : 7 tahun



Phalen's Test	
Keluhan yang dirasakan	Hasil
Sakit/Nyeri	✗
Kesemutan	✗
Mati Rasa	✓

Hasil :

(+) / Ya : jika timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan

(-) / Tidak : jika tidak timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan

Pemeriksaan Fisik
Phalen's Test

Nama : Risa AS
Usia : 28 tahun



Phalen's Test	
Keluhan yang dirasakan	Hasil
Sakit/Nyeri	—
Kesemutan	—
Mati Rasa	—

Hasil :

(+) / Ya : jika timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan

(-) / Tidak : jika tidak timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan

Pemeriksaan Fisik
Phalen's Test

Nama : Yenni Rathe Tank
Usia : 29 tahun



Phalen's Test	
Keluhan yang dirasakan	Hasil
Sakit/Nyeri	—
Kesemutan	+
Mati Rasa	—

Hasil :
(+) / Ya : jika timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan
(-) / Tidak : jika tidak timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan

Pemeriksaan Fisik
Phalen's Test

Nama : Marta Kavan
Usia : 49 tahun



Phalen's Test	
Keluhan yang dirasakan	Hasil
Sakit/Nyeri	—
Kesemutan	—
Mati Rasa	—

Hasil :
(+) / Ya : jika timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan
(-) / Tidak : jika tidak timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan

Pemeriksaan Fisik
Phalen's Test

Nama : Yuliana Patti T
Usia : 42 thn



Phalen's Test	
Keluhan yang dirasakan	Hasil
Sakit/Nyeri	✓
Kesemutan	✓
Mati Rasa	✗

Hasil :

(+) / Ya : jika timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan
(-) / Tidak : jika tidak timbul 1 atau lebih gejala dalam waktu 1 menit pemeriksaan

Lampiran 8. Dokumentasi