ABSTRAK

EDUKASI PENERAPAN *ORTHOSIS* DAN *SELF NEURAL MOBILIZATION* TERHADAP PENINGKATAN FUNGSIONAL *HAND WRIST* PADA PENJAHIT DENGAN RISIKO *CARPAL TUNNEL SYNDROME*

Abelia Febriana, Dita Mirawati
Email abeliafebriana8@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang: *Carpal Tunnel Syndrome* (CTS) merupakan gangguan *Neuropati* akibat kompresi saraf *Medianus* pada terowongan karpal yang sering terjadi pada pekerja dengan aktivitas repetitif seperti penjahit. Kondisi ini dapat menimbulkan nyeri, kesemutan, mati rasa, serta penurunan fungsi tangan dan pergelangan tangan. Penanganan non-bedah melalui fisioterapi seperti penggunaan *Orthosis* dan *Self Neural mobilization* dapat membantu mengurangi gejala dan meningkatkan fungsi. **Tujuan:** Untuk menghasilkan media edukasi berupa video tentang penerapan *Orthosis* dan *Self Neural Mobilization* dalam meningkatkan fungsional *Hand Wrist* pada penjahit dengan risiko CTS. **Metode:** Metode yang digunakan meliputi tahap praproduksi, produksi, dan pascaproduksi dalam pembuatan video edukasi, serta uji coba pada 3 responden untuk menilai kelayakan konten dan desain media. **Hasil:** Hasil menunjukkan bahwa video edukasi mudah dipahami, mudah dipraktikkan, dan gerakan yang ditampilkan dapat diikuti dengan baik oleh responden. Materi yang disampaikan meliputi pengertian CTS, tanda dan gejala, tujuan intervensi, serta demonstrasi *Nerve* dan *Tendon Gliding Exercise* serta penggunaan *Orthosis*. **Kesimpulan:** Media video edukasi yang dihasilkan dapat digunakan sebagai sarana promosi kesehatan dan panduan praktis bagi penjahit dalam mencegah dan mengatasi risiko CTS serta meningkatkan fungsi tangan dan pergelangan tangan. **Kata Kunci:** *Carpal Tunnel Syndrome, Orthosis, Self Neural Mobilization,* fungsional *Hand Wrist*