



REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202240728, 30 Juni 2022

Pencipta

Nama : **Farid Rizqullah Baihaqi, Eko Budi Prasetyo dkk**
Alamat : Kalisalak Batang RT/RW : 002/003 Kab. Batang, Kab. Batang,
JAWA TENGAH, 51216
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **Farid Rizqullah Baihaqi, Eko Budi Prasetyo dkk**
Alamat : Kalisalak Batang RT/RW : 002/003 Kab. Batang, Kab. Batang,
JAWA TENGAH, 51216
Kewarganegaraan : Indonesia
Jenis Ciptaan : **Poster**
Judul Ciptaan : **TIPS MENCEGAH CIDERA PADA PEMAIN FUTSAL DENGAN
KINESIO TAPING**
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 23 Februari 2022, di Kota Pekalongan
Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama hidup Pencipta dan terus berlangsung selama 70 (tujuh puluh) tahun setelah Pencipta meninggal dunia, terhitung mulai tanggal 1 Januari tahun berikutnya.
Nomor pencatatan : 000356370

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n Menteri Hukum dan Hak Asasi Manusia
Direktur Jenderal Kekayaan Intelektual
u.b.
Direktur Hak Cipta dan Desain Industri

Anggoro Dasananto
NIP.196412081991031002

Disclaimer:

Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, Menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.

LAMPIRAN PENCIPTA

No	Nama	Alamat
1	Farid Rizqullah Baihaqi	Kalisalak Batang RT/RW : 002/003 Kab. Batang
2	Eko Budi Prasetyo	Dukuh Gowok RT/RW : 003/005 Desa Pungangan Kecamatan Limpung Kab. Batang
3	Nur Susanti	Perum Graha Naya Permata I No. 37 Pekuncen Wlradesa Pekalongan

LAMPIRAN PEMEGANG

No	Nama	Alamat
1	Farid Rizqullah Baihaqi	Kalisalak Batang RT/RW : 002/003 Kab. Batang
2	Eko Budi Prasetyo	Dukuh Gowok RT/RW : 003/005 Desa Pungangan Kecamatan Limpung Kab. Batang
3	Nur Susanti	Perum Graha Naya Permata I No. 37 Pekuncen Wlradesa Pekalongan



TIPS MENCEGAH CIDERA PADA PEMAIN FUTSAL DENGAN KINESIO TAPING



Pengertian Olahraga

Olahraga adalah bentuk salah satu aktivitas fisik untuk meningkatkan kualitas kesehatan bagi individu dan merupakan langkah pencegahan agar terhindar dari berbagai penyakit.



Pengertian Futsal

Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan lima orang. Ujuannya adalah memasukkan bola ke gawang lawan, dengan memanipulasi bola dengan kaki.



Cidera Pada Futsal

Sprain adalah cedera yang terjadi karena regangan berlebihan atau terjadi robekan pada ligamen dan kapsul sendi. Bagian tubuh yang biasanya mengalami sprain adalah lutut, pergelangan kaki dan pergelangan tangan.



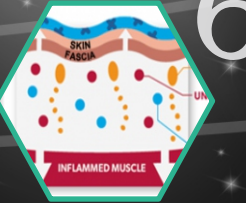
Pengertian Kinesio Taping

Kinesio taping adalah semacam plester yang ditempel ke kulit yang dimaksudkan untuk memfasilitasi proses penyembuhan alami tubuh dan memungkinkan untuk menstabilisasi otot dan sendi tanpa membatasi ruang gerak sendi dan penguluran dari otot tersebut.



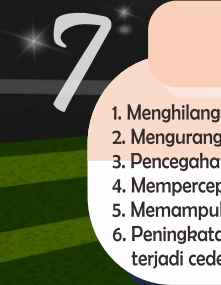
Mekanisme Kerja Kinesio Taping

efek mengangkat kulit sehingga membebaskan daerah subkutan dari penekanan sehingga dapat mengurangi pembengkakan dan inflamasi, meningkatkan sirkulasi sehingga aliran darah yang kaya akan oksigen meningkat, terjadi regenerasi area yang yang diterapi, perlekatan jaringan berkurang, mengurangi rasa sakit/nyeri dengan mengambil tekanan dari reseptor rasa sakit (mengurangi iritasi nociceptor), terjadi peningkatan fleksibilitas kolagen yang secara mekanis menyebabkan gerakan menjadi lebih luasa.



Manfaat Taping

1. Mengurangi nyeri
2. Fiksasi sendi
3. Melancarkan aliran limfa
4. Inhibisi dan fasilitasi otot

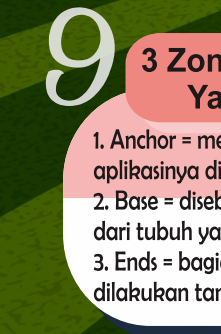


Indikasi

1. Menghilangkan nyeri
2. Mengurangi peradangan, bengkak, memar
3. Pencegahan terjadinya kram otot dan spasme otot
4. Mempercepat pemulihan otot
5. Memampukan atlet untuk tetap berlatih meskipun terluka
6. Peningkatan kekuatan dan tonus otot ketika lemah atau terjadi cedera pada otot

Kontra Indikasi

1. Infeksi kulit atau selulitis
2. Daerah dengan tumor kanker
3. Luka terbuka
4. Kasus trombosis vena dalam (deep vein thrombosis)



3 Zona Kinesio Taping Yang Terpasang

1. Anchor = merupakan bagian awal dari pemasangan, aplikasinya dilakukan tanpa tarikan
2. Base = disebut juga Theurapeutic Zone atau bagian dari tubuh yang mendapatkan treatment
3. Ends = bagian akhir dari pemasangan, aplikasinya dilakukan tanpa tarikan

Intensitas Tarikan Pemasangan Taping

1. Tarikan sangat ringan (0-10%) digunakan pada pemasangan anchor & end.
2. Tarikan ringan (15-25%) digunakan pada aplikasi inhibisi otot.
3. Tarikan Menengah (25-35%) digunakan pada fasilitasi otot.
4. Tarikan kuat (50-75%) digunakan pada koreksi fascia
5. Tarikan penuh (75-100%) digunakan pada fiksasi sendi