

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap orang mempunyai kegemaran berolahraga yang berbeda beda, tennis lapangan merupakan salah satu contoh olahraga yang banyak di minati. Kekurangan pemanasan pada olahraga tersebut mengakibatkan cedera siku bagian luar di karenakan terjadi peregangan dan kerja otot secara berlebihan, yang mengakibatkan *tennis elbow*.

Tennis elbow adalah cedera pada *tendon* otot yang menyerang sisi siku bagian luar. Penyakit ini ditandai nyeri di *epicondylus lateralis* dan otot *ekstensor* pergelangan tangan, dikarenakan terjadi robekan *incomplete* pada *origo tendon periosteal* dan otot *ekstensor carpi radialis brevis* di *epicondylus lateralis humeri*, sehingga terdapat nyeri di pagi hari ketika siku diluruskan dan nyeri akan bertambah jika beraktivitas yang mempergunakan pergelangan tangan secara berulang ulang, seperti perkerjaan salon, montir dan ibu rumah tangga (Suharto, 2000). permasalahan penderita *tennis lapangan* adalah keterbatasan lingkup gerak sendi sehingga kesulitan melakukan gerakan *dorso flexi*, *back hend*, sehingga pasien mengalami kesulitan untuk melakukan aktivitas fungsional seperti mencuci, memeras dan menjemur baju (Saraswati et al., 2019)

Tennis elbow memiliki 4 (empat) tipe yaitu, tipe 1 (satu) cedera pada otot *ekstensor carpi radialis lungus* (1% penderita), tipe 2 (dua) cedera pada otot *ekstensor carpi radilais brevis* (90% penderita), tipe 3 (tiga) cedera pada otot *ekstensor carpi rasialis brevis tenno muscular junction* (1% penderita), tipe 4

(empat) *cidera pada otot ekstensor carpi radialis brevis muscle belly* (8% penderita) (Anonim, 2017)

Menurut (Saraswati et al., 2019) Prevalansi angka kejadian penderita *tennis elbow* berkisar antara 1.3% sampai 2.8% , 50% terjadi pada pemain tennis dan 15% terjadi pada pekerjaan yang beresiko tinggi terkena *tennis elbow* seperti ibu rumah tangga, pegawai laboratorium, pedagang daging dan pegawai industri.

Peradangan pada tendon epicondylus lateralis membuat problematika pada sendi elbow yaitu, munculnya nyeri gerak dan tekan, penurunan kekuatan otot, penurunan lingkup gerak sendi, penurunan aktivitas. Menurut (Cho et al., 2018) . fisioterapi berperan untuk meningkat, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh, untuk penanganan kasus *tennis elbow* fisioterapi menggunakan modalitas *ultrasound* dan *kinesio tape* untuk mengurangi nyeri.dan latihan *progressive resistance exercise* untuk meningkatkan nilai kekuatan otot

Ultrasound dengan adanya *efek micro masange* yang akan menghasilkan efek panas dalam tubuh sehingga membuat sirkulasi darah lancar dan nyeri akan berkurang (Landesa et al., 2021). Pemberian *kinesio tapping* digunakan untuk menghambat *hiperaktif* otot dan *menstimulus* otot yang lemah, sehingga akan meningkatkan *propioseptik* dengan merangsang *reseptor* kulit sehingga terjadi peningkatan aliran pembuluh darah dan *limfatik* sehingga bisa mengurangi ketegangan otot yang abnormal sehingga terjadi penurunan nyeri (Fiqriani, 2017) Latihan *progressive resisitance exercise* merupakan teknik latihan penguatan otot *ekstensor* pergelangan tangan, latihanya berupa meningkatkan beban serta

pengulangan saat latihan, yang dilakukan oleh penderita sendiri tanpa bantuan. yang bertujuan untuk meningkatkan kekuatan menggenggam dan menstabilkan pergelangan tangan dalam melakukan aktivitas. (Coombes et al., 2015)

Berdasarkan penjelasan di atas maka penulis memberikan modalitas *ultrasound*, *kinesio tape* dan latihan *progressive resistance exercise* pada kondisi *tennis elbow*, terapi ini bertujuan untuk mengurangi nyeri dan menambah nilai kekuatan otot sendi elbow yang di alami penderita

1.2 Identifikasi Masalah

Menurut (Zulaehahi Sminur, 2018) problematik yang muncul pada *tennis elbow* adalah:

1. Nyeri

Nyeri tekan pada *epicondylus lateralis*, nyeri gerak saat gerakan *flexsi elbow* dan *ekstensi wrish*

2. Penurunan kekuatan otot

Adanya penurunan nilai kekuatan otot sendi *elbow*, saat melakukan gerakan *flexsi elbow* dan *ekstensi wrish* terdapat nyeri, oleh karena adanya *inflamasi* pada *origo tendon pariosteal* dan *otot ekstensor carpi radialis brivis*.

3. Keterbatasan Lingkup Gerak Sendi

Keterbatasan lingkup gerak sendi *elbow* oleh karna *spasme* pada otot *ekstensor carpi radialis brevis* .

Pada klien Tn. R yang menjadi sampel dalam laporan tugas akhir ini, di dapatkan identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Adanya nyeri tekan dan gerak *flexsi elbow pada otot ekstensor carpi radialis brevis* oleh karena adanya *overstretch otot ekstensor carpi radialis brevis*
2. Adanya penurunan nilai kekuatan otot *ekstensor carpi radialis brevis* oleh karena nyeri

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penulis membatasi masalah yang akan di bahas pengaruh pemberian modalitas *Ultrasound, Progressive Ressitance Exercise dan Kinesio Tape* terhadap nyeri dan nilai kekuatan otot sendi pada kondisi *Tennis Elbow* tipe II

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada laporan Karya Tulis Ilmiah adalah:

1. Bagaimana pengaruh pemberian *ultrasound* dan *Kinesio Tape* terhadap nyeri kondisi *Tennis elbow*
2. Bagaimana pengaruh pemberian latihan *Progressive Resistance Exercise* terhadap meningkatkan nilai kekuatan otot akibat *Tennis elbow*

1.5 Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum laporan karya tulis ilmiah ini adalah untuk mengetahui bagaimana tindakan fisioterapi pada kondisi *Tennis elbow*

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus laporan Karya Tulis Ilmiah adalah:

- 1) Untuk mengetahui pengaruh, *Ultrasound* dan *Kinesio Tape* dalam mengurangi nyeri pada penderita *Tennis elbow*
- 2) Untuk mengetahui proses latihan *Progressive Resistance Exercise* terhadap nilai kekuatan otot pada penderita *Tennis elbow*

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat penulisan laporan Karya Tulis Ilmiah adalah:

1. Bagi Penulis

Sebagai acuan dan panduan dalam pelaksanaan kasus aplikasi. *ultrasound, kinesio tape dan latihan Progressive Resistanse Exercise* pada kondisi *tennis elbow*

2. Bagi Insitusi

Sebagai pemantau dalam pelaksanaan kasus aplikasi *Ultrasound, kinesio tape dan latihan progressive resistance exsercise* pada kondisi *Tennis elbow*

3. Bagi Masyarakat

Sebagai pengetahuan bagi masyarakat tentang *Aplikasi Ultrasound, kinesio tape dan latihan Progressive Resistance Exercise* pada kondisi *Tennis elbow*

4. Bagi Teman Fisioterapi

Sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya tentang aplikasi *Ultrasound, kinesio tape dan latihan Progressive Resistensi Exsercise* pada kondisi *Tennis Elbow*

