

INTISARI

UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
D III FISIOTERAPI
NERIZA DWIYANTI
KARYA TULIS ILMIAH

NIM : 109119012

APLIKASI ULTRASOUND, KINESIO TAPE DAN PROGRESSIVE RESISTANCE EXERCISE PADA NYERI TENNIS ELBOW TIPE II DEXTRA

Latar Belakang Dan Tujuan Penulisan: *Epicondylitis lateralis* yang sering disebut *tennis elbow* merupakan penyakit *tendopati* dari otot ekstensor lengan bawah, dikarenakan penggunaan otot secara *overused*. Tujuan dari penulisan Karya Tulis Ilmiah ini mengetahui pengaruh modalitas *Ultrasound, Kinesio Tape* pada penurunan nyeri dan latihan *progressive resistance exercise* pada nyeri dan meningkatkan nilai kekuatan otot pada pasien *tennis elbow*

Metode Penangan Kasus: Pada laporan karya tulis ilmiah ini, penulis memberikan beberapa tindakan pada sampel penelitian tn. R meliputi modalitas fisioterapi *ultrasound, kinesio tape* berfungsi mengurangi efek nyeri pada tubuh dan latihan *progressive resistance exercise* yang berguna meningkatkan nilai kekuatan otot, untuk instrument pengukuran menggunakan vas dan nilai kekuatan otot menggunakan *hend dynamometer*, tindakan terapi yang di lakukan 4 kali terhitung dari tanggal 24 maret sampai 4 maret 2022

Pembahasan: *Ultrasound, kinesio tape* dan latihan *progressive resistance exercise* merupakan modalitas fisioterapi untuk menangani kasus *tennis elbow* tipe II, setelah di lakukan tindakan fisioterapi sebanyak 4 kali di dapatkan hasil adanya nyeri berkurang dengan hasil t1 nyeri diam 0/10, nyeri tekan 4,5/10, nyeri gerak 2,9/10 hingga t4 nyeri diam 0/10 nyeri tekan 0,8/10 nyeri gerak 0,7/10 dan didapatkan peningkatan nilai kekuatan otot *ekstensor carpi radialis brevis* dengan hasil T1 = 10/90 kg hingga T4 = 37/90 kg

Kesimpulan Dan Saran: setelah diberikan tindakan fisioterapi sebanyak 4 kali tindakan, didapatkan hasil berupa penurunan nyeri dan peningkatan nilai kekuatan otot dengan pemberian *ultrasound, kinesio tape* dan latihan *progressive resistance exercise*. Saran dari penulisan Karya Tulis Ilmiah ini jika terjadi kondisi *tennis elbow* datang langsung ke fisioterapi

Kata kunci: *Ultrasound, Kinesio Tape, Progressive Resistance Exercise*

ABSTRAK

UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
D III FISIOTERAPI
NERIZA DWIYANTI
SCIENTIFIC WRITING

NIM : 109119012

APLIKASI ULTRASOUND, KINESIO TAPE DAN PROGRESSIVE RESISTANCE EXERCISE DAN PADA NYERI TENNIS ELBOW TIPE II DEXTRA

Background and Purpose of writing: Epicondylitis lateralis or commonly known as tennis elbow is a disease of tendopathy and extensor muscles of the forearm, due to overused muscles. The purpose of writing a scientific paper is to determine the modalities of ultrasound, kinesio tape in reducing pain and progressive resistance exercise on pain and increasing muscle strength values in tennis elbow patients

Case Methode: In the scientific paper report, the author provides several actions to the research sample Mr. R includes physiotherapy modalities of ultrasound and kinesio tape which functions to reduce the effects of pain on the body, progressive resistance exercise which are useful in increasing the value of muscle strength values using a hand dynamometer. This therapeutic treatment method is carried out 4 times starting from 24 february to march 4, 2022

Discussion: Ultrasound, kinesio tape and progressive resistance exercise are physiotherapy modalities to treat tennis elbow tipe II cases, after 4 times physiotherapy, the results are reduced pain with T1 results silent pain 0/10, tenderness 4,5/10 motion pain 2,9/10 to T4 silent pain 0/10 tenderness 0,8/10 motion pain 0,7/10 and increase in the value of the strength of the extensor carpi muscle was obtained with the result T1 =9,9/90 kg until T4= 37/90 kg

Conclusions and Suggestion: After being given physiotherapy 4 times, the results were a decrease in pain and an increase in the value of muscle strength by giving ultrasound, kinesio tape and progressive resistance exercise. Suggestions from writing this scientific paper if there is a tennis elbow condition, come directly to physiotherapy.

Keywords: *Ultrasound, Kinesio Tape, Progressive Resistance Exercise*

