

**KARYA TULIS ILMIAH**  
**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI**  
**PADA KASUS *TENNIS ELBOW DEXTRA***  
**DI RST DR. SOEDJONO MAGELANG**



Diajukan Guna Melengkapi Tugas dan Memenuhi  
Syarat-Syarat Untuk Menyelesaikan Program Diploma III Fisioterapi

Oleh :

RAFIQA KUMALA DEWI

J 100 110 067

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III FISIOTERAPI**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**2014**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dengan judul "**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *TENNIS ELBOW DEXTRA* DI RST DR. SOEDJONO MAGELANG**" telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa Jurusan Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Pembimbing,



Dwi Kurniawati SSt.Ft.

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan Dosen Penguji Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta dan diterima untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi persyaratan untuk menyelesaikan program pendidikan Diploma III Fisioterapi.

Hari : Rabu

Tanggal : 3 Desember 2014

Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah

Nama terang		Tanda Tangan
Penguji I	Dwi Kurniawati, Sst.FT	(  )
Penguji II	Isnaini Herawati, S.Fis, M.Sc	(  )
Penguji III	Umi Budi Rahayu, S.Fis, M.Kes	(  )

Disahkan Oleh

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Surakarta



(Dr. Suwaji, M.Kes)

## PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : RafiqaKumalaDewi  
NIM : J100110067  
Fakultas/Jurusan : Ilmu Kesehatan/Fisioterapi D3  
Jenis Publikasi : Karya Tulis Ilmiah  
Judul : PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA

KASUS *TENNIS ELBOW DEXTRA* DI RST DR. SOEDJONO MAGELANG

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk :

1. Memberikan hak bebas royalti kepada perpustakaan UMS atas penulisan karya ilmiah saya, demi mengembangkan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan / pengalih formatkan.
3. Mengelola dalam bentuk data (*data base*), mendistribusikannya serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada perpustakaan UMS, tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.

Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak perpustakaan UMS dari segala bentuk hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya tulis ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat  
dipergunakan sebagaimana mestinya.

Surakarta, Oktober 2014

Yang Menyatakan



(Rafiq Kumala Dewi)

## HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rafiq Kumala Dewi

NIM : J100110067

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Jurusan : Fisioterapi DIII

Judul KTI : Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus *Tennis Elbow*  
*Dextra* di RST Dr. Soedjono Magelang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar hasil karya tulis saya sendiri, kecuali kutipan-kutipan dan ringkasan-ringkasan yang telah saya jelaskan. Apabila di kemudian hari terbukti Karya Tulis Ilmiah saya ini jiplakan, gelar yang diberikan oleh Universitas Muhammadiyah Surakarta batal saya terima.

Surakarta, 3 Desember 2014

Yang menyatakan,



(Rafiq Kumala Dewi)

## MOTTO

- ❖ Kemenangan yang seindah – indahnyanya dan sesukar – sukarnya yang boleh direbut oleh manusia ialah menundukkan diri sendiri.

(R.A. Kartini)

- ❖ Happiness is not money, but a peace of mind and soul.

(No Name)

- ❖ Seseorang yang kuat adalah ia yang berkali – kali jatuh, tetapi tetap berdiri teguh untuk bangkit.

(Penulis)

- ❖ Hidup ini tak boleh sederhana. Harus kuat, besar, dan bermanfaat.

(Penulis)

- ❖ Never Give Up, Maximum Totally!

(Penulis)

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan hati Karya Tulis Ilmiah Ini ku persembahkan untuk :

1. Allah SWT yang telah memberikan nikmatnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
2. Kedua orang tuaku tersayang (Bapak Chamim Haryanto) dan (Ibu Yudah Wasiati) yang telah memberikan motivasi, semangat, do'a serta dorongan moril maupun materiil sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
3. Kakak – kakakku tersayang (Mbak Yayuk, Mbak Nurul, Mbak Uul) yang selalu memberikan motivasi dan do'a kepada penulis.
4. Dosen pembimbingku, Ibu Dwi Kurniawati, Sst. Ft. yang telah memberikan bimbingan, semangat, dan nasehat.
5. Seorang terkasih yang selalu membantuku, memberikan motivasi dan selalu mendo'akanku dari jauh.
6. Sahabat-sahabatku (Antin, Ana, Nisa, Diah, Rita, Ika, Febri, Zufie) yang selalu memberikan motivasi, dukungan, semangat dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Teman-teman DIII Fisioterapi Angkatan 2011.



## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah dengan judul “**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *TENNIS ELBOW DEXTRA* DI RST DR. SOEDJONO MAGELANG**”.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini tidak terlepas bantuan dan dorongan serta bimbingan dalam berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiadji, MM., selaku rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Bapak Dr. Suwaji M. Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Isnaini Herawati, S. Fis., M. Sc., selaku Ka Progdi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Ibu Dwi Kurniawati, Sst.Ft., selaku pembimbing dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Bapak Munawar Sst. Ft., selaku pembimbing Praktek Komprehensif di RST Dr. Soedjono Magelang.
6. Bapak dan Ibu Fisioterapis yang telah membimbing penulis selama mengikuti Praktek Komprehensif di RST Dr. Soedjono Magelang.

7. Seluruh dosen, karyawan dan staf Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah membantu penulis dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Akhir kata penulis berharap semoga hasil laporan ini dapat bermanfaat bagi kita semua dan penulis mohon maaf bila dalam penyusunan Karya Tulis ilmiah ini terdapat banyak kesalahan. Oleh karena itu saran dan kritik sangat saya harapkan.

Surakarta, Agustus 2014

Penulis

**ABSTRAK**  
**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *TENNIS ELBOW***  
***DEXTRA* DI RST DR. SOEDJONO MAGELANG**  
**(Rafiq Kumala Dewi, 2014, 55 lembar)**

**Latar belakang:** *Tennis Elbow* adalah nyeri peradangan yang terjadi di daerah perlekatan otot pada sendi siku sisi lateral (*Epicondylus Lateralis*). *Tennis elbow* sering dialami pada usia 30-60 tahun, dan ini lebih banyak terjadi pada wanita. 5% dari jumlah keseluruhan penderita, dialami oleh pemain tenis dan pebulu tangkis, sedangkan 95% lebih sering diderita oleh profesi lain, seperti montir, pemahat, ibu rumah tangga, serta aktivitas yang sering menggunakan komputer dan mengangkat beban berat.

**Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh *Ultra Sound* dan terapi latihan terhadap rasa nyeri, peningkatan kekuatan otot, dan peningkatan kemampuan fungsional pada pasien *tennis elbow*.

**Hasil:** Setelah enam kali terapi, diperoleh hasil adanya penurunan nyeri, peningkatan kekuatan otot – otot penggerak *elbow dextra*, serta peningkatan kemampuan fungsional.

**Kesimpulan:** Setelah dilakukan terapi pada kondisi *tennis elbow dextra* dengan modalitas *ultra sound* dan terapi latihan sebanyak enam kali dengan pemeriksaan nyeri dengan VDS (*Visual Description Scale*), kekuatan otot dengan MMT (*Manual Muscle Testing*), kemampuan fungsional dengan MEPI (*Mayo Elbow Performance Index*) didapatkan hasil adanya penurunan nyeri, peningkatan kekuatan otot – otot penggerak *elbow dextra* serta peningkatan kemampuan fungsional.

**KATA KUNCI:** *Tennis Elbow Dextra*, *Ultra Sound*, terapi latihan

**ABSTRACT**  
**PHYSIOTHERAPY MANAGEMENT IN THE CASE OF *TENNIS ELBOW***  
***DEXTRA* IN RST DR. SOEDJONO MAGELANG**  
**(Rafiq Kumala Dewi, 2014, 55 pages)**

**Background:** *Tennis Elbow* is a pain full inflammation that occurs in the area of muscle attachment on the lateral side of elbow joint (lateral epicondylus). *Tennis elbow* is often experienced at the age of 30 – 60 years, and this more common in women. 5% of the total number of patients, dialamai by tennis players and pebulu, while 95% more often suffered by other professions, such as mechanic, sculptor, housewives, as well as activities that frequently use the computer and lifting heavy loads.

**Purpose:** To determine the effect of *ultrasound* and exercise therapy on pain, increase muscle strength, and improvement of functional ability in patients with *tennis elbow*.

**Results:** After six times of therapy, the obtained result a decrease in pain and increase in musle strenght – muscle activator *dextra elbow* and improvement of functional ability.

**Conclusions:** After treatment on tennis elbow condition *dextra* with ultrasound modalities and therapeutic exercise as much as six times the pain inspection with VDS (*Visual Description Scale*), muscle strength with MMT (*Manual Muscle Testing*), and functional ability with MEPI (*Mayo Elbow Performance Index*), showed a decrease in pain and an increase in muscle strength - *dextra elbow* mover muscles.

**KEYWORDS:** *Tennis Elbow Dextra, Ultra Sound, exercise therapy*

## DAFTAR ISI

Halaman Judul Luar .....	i
Halaman Judul Dalam .....	ii
Halaman Persetujuan .....	iii
Halaman Pengesahan .....	iv
Halaman Pernyataan Publikasi .....	v
Halaman Pernyataan .....	vii
Halaman Motto.....	viii
Halaman Persembahan .....	ix
Kata Pengantar .....	x
Abstrak (Bahasa Indonesia) .....	xii
Abstrak (Bahasa Inggris) .....	xiii
Daftar Isi .....	xiv
Daftar Tabel .....	xvi
Daftar Gambar .....	xvi
Daftar Grafik .....	xviii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Rumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penulisan .....	3
D. Manfaat Penulisan .....	3

## BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Deskripsi Kasus .....	5
B. Problematika Fisioterapi .....	20
C. Teknologi Intervensi Fisioterapi .....	21

## BAB III PROSES FISIOTERAPI

A. Pengkajian Fisioterapi .....	26
B. Diagnosa Fisioterapi .....	41
C. Program/Rencana Fisioterapi .....	42
D. Pelaksanaan Fisioterapi .....	43
E. Evaluasi .....	46

## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil .....	48
B. Pembahasan .....	50

## BAB V SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan .....	54
B. Saran .....	54

## DAFTAR PUSTAKA

## LAMPIRAN

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Otot – Otot Regional Lengan Bawah .....	6
Tabel 3.1 Pemeriksaan Gerak Aktif .....	32
Tabel 3.2 Pemeriksaan Gerak Pasif .....	33
Tabel 3.3 Pemeriksaan Kemampuan Fungsional dengan MEPI.....	36
Tabel 3.4 Pemeriksaan Kekuatan Otot dengan MMT .....	38
Tabel 3.5 Hasil Kekuatan Otot .....	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Sendi Siku Nampak dari Anterior dan Posterior .....	8
Gambar 2.2 Otot – Otot Sendi Siku Nampak Belakang .....	10
Gambar 2.3 Sendi Siku Nampak dari Anterior .....	12
Gambar 3.1 Gambar Letak Terjadinya Tennis Elbow .....	17



## DAFTAR GRAFIK

Grafik 4.1 Evaluasi Hasil Derajat Nyeri dengan VDS.....	48
Grafik 4.2 Evaluasi Hasil Kekuatan Otot dengan MMT .....	49
Grafik 4.3 Evaluasi Hasil Kemampuan Fungsional dengan MEPI .....	49