

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga tidak terlepas dari adanya gerakan yang melibatkan berbagai struktur/jaringan pada tubuh manusia, misalnya sendi, *meniscus/discus*, *capsuloligamenter* dan otot. Gerakan terjadi bilamana mobilitas serta elastisitas dan kekuatan jaringan penompang dan penggerak sendi terjamin. Semakin mobile suatu persendian mempunyai konsekuensi berupa semakin tidak stabilnya sendi tersebut. Ketidak stabilan suatu sendi akan mengakibatkan struktur sekitarnya mudah cedera apalagi bila elastisitas dan kekuatan jaringan penompang dan penggerak sendi tidak memadai. Resiko cedera bisa terjadi pada semua jenis olahraga, tidak terkecuali pada olahraga tenis yang umumnya terjadi pada daerah siku (Setiawan, 2011).

Siku merupakan salah satu bagian tubuh yang paling sering digunakan dalam permainan tenis dalam melakukan *service*, *overhead* smash, *backhand* dan *forehand* dalam memperpendek atau memperpanjang jarak bola. Pada olahraga tenis, kasus yang sering ditemukan adalah kasus *tennis elbow*, *tennis elbow* yaitu salah satu gangguan otot disekitar sendi siku, akibat kerusakan pada origo ataupun tendon otot *extensor carpi radialis longus* dan *brevis* (Jones, 2009). Salah satu penyebab *tennis elbow* adalah gerakan berulang dan

intensif pada pergelangan tangan atau lengan dalam posisi *supinasi* yang menimbulkan *extensor* lengan bawah terganggu yang berorigo pada *epicondilus lateralis humeri* (Kevin, 2011).

Pasien *tennis elbow* yang mengalami nyeri sebenarnya bukan pada siku, melainkan peradangan pada otot *extensor carpi radialis brevis* dan *longus* yaitu perlekatan otot pada tulang yang berada di belakang lengan. Otot-otot tersebut berfungsi untuk meluruskan tangan dan pergelangan tangan. Nyeri pada *tennis elbow* timbul karena adanya injuri pada *tenno periosteal* yang menimbulkan inflamasi akibat trauma, pekerjaan, aktivitas, atau kegiatan yang melibatkan tangan dan pergelangan tangan secara berlebihan. Umumnya pekerjaan atau olahraga yang menyebabkan injuri pada *extensor carpi radialis brevis* disebabkan oleh gerakan yang cepat, kontraksi yang berlebihan secara berulang-ulang dan aktivitas menggenggam dari pergelangan tangan. Biasanya yang paling dominan dipengaruhi adalah lengan. Walaupun dikenal dengan sebutan *tennis elbow* kasus ini memiliki prevalensi 1-3 % pada populasi umum, tetapi meningkat menjadi 19 % pada usia 30-60 tahun dan lebih banyak dan lebih berat pada wanita. Kondisi ini mempunyai gambaran klinis, keluhan yang utama adalah lengan menjadi sakit dan penurunan kekuatan genggam yang akan sangat berdampak buruk bagi kegiatan sehari-hari (Yuli, 2013). Modalitas fisioterapi yang digunakan pada kasus ini adalah *TENS* (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*) dan Terapi Latihan.

Fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang rentang kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik, *elektroterapeutis* dan mekanis) pelatihan fungsi, komunikasi (permenkes RI No 80 thn 2013).

Penatalaksanaan fisioterapi ini bertujuan untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan kekuatan otot. Penggunaan *TENS* bertujuan untuk mengurangi nyeri akibat gangguan pada *epicondylus lateralis*, sedangkan Terapi Latihan bertujuan untuk meningkatkan kekuatan otot.

Melihat kasus diatas maka judul yang saya ambil untuk Karya Tulis Ilmiah ini adalah ‘Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi *Tennis Elbow Dextra* Di RSUD Dr.MOEWARDI SURAKARTA’.

B. Rumusan masalah

Dari latar belakang diatas, maka tujuan Karya Tulis Ilmiah ini adalah :

1. Untuk mengetahui pengaruh pemberian *TENS* dalam mengurangi nyeri pada kondisi *tennis elbow*.
2. Untuk mengetahui pengaruh pemberian Terapi Latihan dalam meningkatkan kekuatan otot pada kondisi *tennis elbow*.

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui proses Fisioterapi pada kondisi *tennis elbow* dengan menggunakan modalitas *TENS* dan Terapi Latihan di RSUD Dr.Moewardi Surakarta.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui pengaruh pemberian *TENS* dalam mengurangi nyeri pada kondisi *tennis elbow*.
- b. Untuk mengetahui pengaruh pemberian Terapi Latihan dalam meningkatkan kekuatan otot pada kondisi *tennis elbow*.

D. Manfaat

1. Bagi penulis

Untuk menambah pemahaman penulis tentang kondisi *tennis elbow* dalam melaksanakan tindakan fisioterapi dikemudian hari.

2. Bagi masyarakat

Dapat memberikan informasi yang benar dan tepat kepada masyarakat, pasien ataupun keluarga mengenai peran fisioterapi dalam menangani kondisi *tennis elbow* akibat kurangnya pengetahuan masyarakat pada kondisi tersebut.

3. Bagi Institusi

Sebagai referensi tambahan dalam melakukan tindakan fisioterapi pada kondisi *tennis elbow* dikemudian hari. serta informasi ilmiah dan referensi tambahan bagi Karya Tulis selanjutnya.

4. Bagi fisioterapis

Untuk mengetahui tindakan terapi yang tepat dalam penanganan kondisi *tennis elbow* serta sumber informasi dikemudian hari.