

1. BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anggota gerak manusia memegang peranan yang sangat penting sepanjang perjalanan hidup, baik itu anggota gerak atas maupun anggota gerak bawah. Anggota gerak atas, yang terdiri dari bahu, siku, pergelangan tangan, dan jari-jari, berfungsi sebagai alat utama untuk melakukan berbagai aktivitas sepanjang hidup. Oleh karena itu, jika seseorang mengalami sakit pada lengan atau siku, aktivitas sehari-harinya akan terganggu secara signifikan. Sebagai contoh seorang ibu rumah tangga yang biasa memasak, mencuci, dan menyapu akan menghadapi kesulitan. Demikian pula, seorang petenis yang membutuhkan lengan yang sehat untuk berlatih bertanding juga akan merasakan dampaknya.

Gangguan sendi siku merupakan salah satu gangguan yang mengganggu aktifitas. *Tennis elbow* (TE) yang juga dikenal sebagai epikondilitis lateral adalah cedera yang terjadi akibat penggunaan berlebihan. Cedera ini biasanya muncul ketika seseorang terlalu cepat melakukan latihan atau pekerjaan yang melebihi batas kemampuannya (*overuse*), sehingga menyebabkan peradangan. Tennis elbow ditandai dengan radang pada bagian luar siku yang menyebabkan rasa nyeri di area siku dan lengan bawah, terutama saat melakukan gerakan ekstensi pergelangan tangan atau jari-jari, serta saat melakukan aktivitas mencengkeram(1).

Gejala yang muncul akibat *Tennis Elbow* mencakup nyeri yang dirasakan saat melakukan gerakan *dorso fleksi*, *backhand* atau gerakan lain yang mirip dengan pukulan *backhand*. Hal ini juga dapat menyebabkan ketidaknyamanan saat beristirahat. Selain itu, kondisi ini menyebabkan keterbatasan dalam gerak sendi pergelangan tangan akibat rasa sakit. Penderita *Tennis Elbow* sering mengalami kesulitan dalam menjalani aktivitas fungsional dasar, seperti mencuci, memeras, menjemur, memutar baut, mengecat, membersihkan

kebun, mengepal tangan, dan bermain tenis. Gangguan ini jelas dapat mengganggu dan menghambat aktivitas sehari-hari penderitanya(2).

Prevalensi *tennis elbow* berkisar antara 1-3% pada populasi umum, 6-15% pada pekerja industri, dan 19% pada individu berusia 30-50 tahun, dengan wanita lebih sering mengalaminya. Di kalangan pemain tenis, prevalensinya mencapai 35-42%. Pada pekerja umum, seperti ibu rumah tangga dan pengguna komputer, prevalensi berkisar 2-23%. Di Indonesia, penderita biasanya berusia 25 hingga 55 tahun dan merasakan nyeri di bagian luar siku, terutama saat menggenggam atau meremas. Sekitar 65% penderita adalah pemain tenis pemula, sementara 35% berasal dari berbagai profesi, termasuk ibu rumah tangga yang baru mulai atau pekerja baru. Angka kejadian *tennis elbow* di RS Bhayangkara Semarang mencapai 5% pada kalangan pekerja umum seperti ibu rumah tangga dan pedagang pada aktivitas yang banyak melakukan gerakan pada lengan bawahnya(3).

Tennis elbow merupakan salah satu masalah dalam sistem muskuloskeletal. Gangguan ini mempengaruhi fungsi sendi, ligamen, otot, saraf, tendon, dan tulang belakang. Sistem muskuloskeletal mendukung anggota badan, leher, dan punggung. Banyak gangguan *muskuloskeletal* bersifat degeneratif yang berarti menyebabkan kerusakan jaringan secara perlahan. Hal ini bisa menyebabkan rasa sakit dan mengurangi aktivitas fungsional, sehingga mengganggu kegiatan sehari-hari(4).

Penanganan nyeri pada *tennis elbow* diperlukan profesionalisme yang tinggi, terutama bagi fisioterapis yang memegang peranan yang sangat penting sesuai dengan deklarasi WCPT 1999 di Yokohama dimana Fisioterapi sebagai bagian integral dari profesi kesehatan yang bidangnya untuk meningkatkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang daur kehidupan dengan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik, elektroterapi dan mekanis), pelatihan fungsi, dan komunikasi(5).

Masalah yang sering muncul pada *tennis elbow* yaitu nyeri, penurunan kekuatan otot dan kemampuan fungsional lengan. Untuk mengatasi

permasalahan tersebut bisa dilakukan dengan terapi obat, terapi bedah dan fisioterapi. Banyak teknologi fisioterapi alternatif yang tersedia, seperti: *micro wave diathermy* (MWD), *short wave diathermy* (SWD), *ultrasound* (US), *infra red* (IR), *transcutaneous electrical nerve stimulation* (TENS), *massage*, terapi latihan, terapi manipulasi, *kinesiotapping*. Problematika yang dialami pasien dengan datang ke fisioterapis dengan penanganan dengan modalitas yang digunakan berupa *Ultrasound* (US) guna untuk mengurangi nyeri dan mengurangi spasme serta terapi latihan guna meningkatkan lingkup gerak sendi dan meningkatkan aktivitas fungsional(6).

Berdasarkan uraian diatas dan berdasarkan problematika pasien *tennis elbow* penulis tertarik untuk mengambil judul karya tulis ilmiah “Penatalaksanaan Fisioterapi pada *Tennis Elbow Sinistra* dengan *Ultrasound* dan Terapi Latihan”

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah Penatalaksanaan Fisioterapi pada *Tennis Elbow Sinistra* dengan *Ultrasound* dan Terapi Latihan?

C. Tujuan Penulisan

Untuk Mengetahui Penatalaksanaan Fisioterapi pada *Tennis Elbow Sinistra* dengan *Ultrasound* dan Terapi Latihan.

