

ABSTRAK

Sisilia Segi Sekar Eka Pertiwi

Penatalaksanaan Fisioterapi pada *Tennis Elbow Dextra* dengan *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, Ultrasound* dan *Stretching Exercise*

Terdiri dari (14) Lampiran depan + (95) Halaman + (17) Tabel + (22) Gambar + (9) Lampiran akhir

Latar Belakang: *Tennis elbow* atau epikondilitis *lateral* merupakan kasus nyeri siku bagian *lateral*. Kelainan ini dikenal sejak tahun 1883 digambarkan sebagai cedera karena tenis, terjadi pada lebih dari 50% pemain tenis. Prevalensi *tennis elbow* diperkirakan mempengaruhi 1 – 3 % populasi dewasa setiap tahun dan lebih umum terjadi di lengan dominan. Di Indonesia diperkirakan hanya 5% dari seluruh penderita mengenai pemain *tennis*, dan 95% lainnya diderita oleh profesi seperti pada cabang angkat besi, penjual minuman botol bahkan ibu rumah tangga. Umumnya penderita *tennis elbow* terjadi pada usia 25-55 tahun, penyakit ini jarang terjadi pada umur dibawah 25 tahun dan diatas 60 tahun, karena usia produktif. Penderita *tennis elbow* sering mengalami kesulitan aktivitas dengan timbulnya rasa sakit secara khas diperburuk oleh ekstensi jari tengah yang tertahan dan juga oleh ekstensi pergelangan tangan. Terapi yang diberikan pada kasus ini dengan menggunakan modalitas *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* bertujuan untuk mengurangi rasa nyeri, *Ultrasound* untuk memberikan efek terapeutik dengan merelaksasi otot dan *stretching exercise* yang bertujuan untuk mengurangi *spasme* otot dan mengurangi nyeri otot.

Metode: Karya Tulis Ilmiah ini bersifat studi kasus, mengangkat kasus pasien dan mengumpulkan data melalui proses fisioterapi. Modalitas yang diberikan adalah *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, Ultrasound* dan *Stretching Exercise*.

Hasil: Setelah dilakukan terapi sebanyak empat kali didapatkan hasil adanya penurunan *spasme*, adanya penurunan rasa nyeri pada pasien dan adanya peningkatan kemampuan fungsional pasien.

Kesimpulan: Terapi dengan modalitas *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, Ultrasound* dan *Stretching Exercise* didapatkan hasil adanya penurunan *spasme*, penurunan nyeri serta adanya peningkatan kemampuan fungsional pasien. Keberhasilan terapi juga membutuhkan kerja sama yang baik antara terapis, pasien dan keluarga pasien.

Kata Kunci : *Tennis Elbow*, TENS, *Ultrasound, Stretching Exercise*

Referensi : 72 (2015-2025)

ABSTRACT

Sisilia Segi Sekar Eka Pertiwi

Physiotherapy Management of Right Tennis Elbow Using Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, Ultrasound, and Stretching Exercises

Consists of: 14 preliminary appendices, 95 pages, 17 tables, 22 figures, and 9 final appendices.

Background: Tennis elbow, or lateral epicondylitis, is a condition characterized by pain on the lateral side of the elbow. This disorder has been recognized since 1883 and was initially described as an injury associated with tennis, affecting more than 50% of tennis players. The prevalence of tennis elbow is estimated to affect 1–3% of the adult population annually and is more commonly found in the dominant arm. In Indonesia, it is estimated that only 5% of all cases occur in tennis players, while the remaining 95% are found in professions such as weightlifters, bottled drink vendors, and even housewives. Generally, tennis elbow occurs in individuals aged 25–55 years, as the condition is rare in those under 25 or over 60, likely due to the productive age range. Individuals with tennis elbow often experience characteristic pain that worsens with resisted extension of the middle finger and wrist extension. The therapeutic interventions applied in this case include Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) to reduce pain, ultrasound therapy to provide therapeutic effects by relaxing muscles and improving blood circulation, and stretching exercises aimed at decreasing muscle spasms and alleviating muscle pain.

Methods: This scientific paper is a case study that presents a patient case and collects data through the physiotherapy process. The modalities administered were Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, ultrasound therapy, and stretching exercises.

Result: After four therapy sessions, there was a reduction in muscle spasm, a decrease in the patient's pain, and an improvement in the patient's functional abilities.

Conclusion: Therapy using the modalities of Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation, Ultrasound, and Stretching Exercise resulted in reduced muscle spasm, decreased pain, and improved functional abilities in the patient. Successful therapy also requires good cooperation between the therapist, the patient, and the patient's family.

Keywords : *Tennis Elbow, TENS, Ultrasound, Stretching Exercise*

Reference : 72 (2015-2025)