

**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KONDISI *GROIN*
*STRAIN DEXTRA***



Karya Tulis Ilmiah Akhir

Oleh:

MUHAMAD AZIZ ALVIANSYAH

NIM: 2062030022

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA FISIOTERAPI
FAKULTAS VOKASI
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2023**

**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KONDISI *GROIN*
*STRAIN DEXTRA***



Karya Tulis Ilmiah Akhir

**Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk
Menyelesaikan Pendidikan Diploma Tiga
Pada Program Studi Fisioterapi**

Oleh:

MUHAMAD AZIZ ALVIANSYAH

NIM: 2062030022

PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA FISIOTERAPI

FAKULTAS VOKASI

UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA

JAKARTA

2023

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Akhir ini telah diajukan, dipertahankan dan direvisi dihadapan panitia sidang ujian sebagaimana selayaknya dan penulis telah memenuhi persyaratan yang dibutuhkan untuk mencapai gelar Ahli Madya Fisioterapi (AMd.Kes)

Disetujui pada tanggal:

23 Juli 2023

Pembimbing

Lucky Anggiat, STr.Ft., M.Physio
NIP UKI : 151187

Ketua Program Studi Fisioterapi

Lucky Anggiat, STr.Ft., M.Physio
NIP UKI : 151187

Mengetahui,
Dekan Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia

Dr. Maksimus Bisa, SKM., SSt.Ft., M.Fis
NIP UKI : 972438

HALAMAN PENGUJI

Panitia penguji Karya Tulis Ilmiah Akhir Program Studi Diploma Tiga Fisioterapi Fakultas Vokasi Universitas Kristen Indonesia Telah Meneliti dan Mengetahui Proses Pembuatannya dan Telah Dipertanggung jawabkan oleh Mahasiswa yang Bersangkutan.

Jakarta, 3 Juli 2023

Nama Penguji

Tanda Tangan

Ketua penguji : Rosintan M Napitupulu, AMd,Ft., SKM., MKM



Anggota penguji 1 : Novlinda SA Manurung, Sst.,Ft., S.Ft., MM



Anggota penguji 2 : Lucky Anggiat, STr.Ft., M.Physio



Catatan penguji:

.....
.....

LEMBAR REVISI

Telah Direvisi Pada Tanggal 08/07/2023

Dan Telah Diajukan Kembali Tanggal 14/07/2023

Nama Penguji

Tanda Tangan

Ketua penguji : Rosintan M Napitupulu, AMd,Ft., SKM., MKM



Anggota penguji 1: Novlinda SA Manurung, Sst.,Ft., S.Ft., MM



Anggota penguji 2 : Lucky Anggiat, STR.Ft., M.Physio



HALAMAN MOTTO

“ Aku sudah melihat segala bentuk rezeki, tapi tidak aku temukan rezeki yang lebih baik daripada kesabaran”

-Umar Bin Khatab

“ Kalau ada yang pesimis dengan mimpi mu jangan kamu jauhkan dia, cukup satu, jaga mimpi mu ”

-Azmie1991



PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini dengan;

Nama : Muhamad Aziz Alviansyah
NIM : 2062030022
Program Studi : Fisioterapi
Fakultas : Vokasi

Dengan ini menyatakan bahwa karya tulis tugas akhir yang berjudul
“PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KONDISI GROIN STRAIN
DEXTRA” adalah:

1. Dibuat dan diselesaikan sendiri dengan menggunakan hasil kuliah, tinjauan lapangan, buku-buku dan jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada karya tugas akhir saya.
2. Bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar sarjana di Universitas lain, kecuali pada bagian-bagian sumber informasi yang dicantumkan dengan cara referensi yang semestinya.
3. Bukan merupakan karya terjemahan dari kumpulan buku atau jurnal acuan yang tertera di dalam referensi pada tugas.

Kalau terbukti saya tidak memenuhi apa yang dinyatakan di atas, maka karya tugas akhir ini dianggap batal.

Jakarta, 3 Juli 2023

Muhamad Aziz





UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA

PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhamad Aziz Alviansyah
NIM : 2062030022
Fakultas : Vokasi
Program Studi : Fisioterapi
Jenis Tugas Akhir : Karya Tulis Ilmiah Akhir
Judul : Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi Groin Strain Dextra

Menyatakan bahwa:

1. Tugas akhir tersebut adalah benar karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan bukan merupakan duplikasi karya tulis yang sudah dipublikasikan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar akademik di perguruan tinggi manapun;
2. Tugas akhir tersebut bukan merupakan plagiat dari hasil karya pihak lain, dan apabila saya/kami mengutip dari karya orang lain maka akan dicantumkan sebagai referensi sesuai dengan ketentuan yang berlaku;
3. Saya memberikan Hak Noneksklusif Tanpa Royalti kepada Universitas Kristen Indonesia yang berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilih hak cipta.

Apabila di kemudian hari ditemukan pelanggaran Hak Cipta dan Kekayaan Intelektual atau Peraturan Perundangan-undangan Republik Indonesia lainnya dan integritas akademik dalam karya saya tersebut, maka saya bersedia menanggung secara pribadi segala bentuk tuntutan hukum dan sanksi akademis yang timbul serta membebaskan Universitas Kristen Indonesia darisegala tuntutan hukum yang berlaku.

Dibuat di Jakarta
23 Juni 2023

Muhamad Aziz /



KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas kasih dan karunia-Nya yang berlimpah sehingga karya tulis ilmiah akhir ini dapat diselesaikan. Adapun karya tulis ilmiah akhir ini berjudul **Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi *Groin Strain Dextra***.

Selama penyusunan KTIA dari pemilihan judul, ujian sidang dan penelitian, banyak perhatian, dukungan dan bantuan yang diberikan sehingga peneliti dapat menyelesaikan KTIA ini. Untuk itu, pada kesempatan ini, peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Maksimus Bisa, SKM., Sst.Ft., M.Fis sebagai Dekan Fakultas Vokasi.
2. Bapak Lucky Anggiat, STr.Ft., M.Physio (Res) sebagai Ketua Program Studi Fisioterapi dan pembimbing KTIA.
3. Seluruh staff pengajar dan staff Prodi Fisioterapi.
4. Kedua orang tua saya yang hebat dan terkasih Bapak Muhammad Irwansyah dan Ibu Amalliah yang tanpa lelah dengan penuh kasih sayang memanjatkan doa yang luar biasa untuk anaknya serta memberikan dukungan baik secara moril maupun material. Terimakasih atas pengorbanan dan kerja keras dalam mendidik saya
5. Kepada adik-adik saya Muhammad Dzikri, Muhammad Zidane Fathansyah, Muhammad Zibrán Ramadhan yang selalu memberikan keceriaan hingga saya kembali bersemangat untuk mengejar impian saya.
6. Kepada saudara Raedhy Haryadi dan Vespa nya si Pejo yang selalu memberikan dukungan dan selalu menemani selama saya kesulitan.
7. Kepada saudari Saffa Alifi Azzahro yang telah memberikan dukungan dan selalu memberikan amunisi positif selama saya mengerjakan KTIA hingga selesai.
8. Kepada Tn. R yang kasusnya telah diangkat oleh saya sebagai karya tulis ilmiah akhir.

9. Kepada fisioterapis dan staff di Klinik Cardea Physiotherapy and Pilates yang telah membimbing selama saya menempuh program Komprehensif.
 10. Kepada seluruh staff busway D11 transjakarta yang menunggu saya setiap pagi di jalan Ir.H Juanda.
 11. Kepada diri saya sendiri yang sudah mampu berjuang dan menyelesaikan KTIA. Terima kasih sudah bertanggung jawab dan memberikan yang terbaik.
- Saya menyadari bahwa dalam pembuatan karya tulis ilmiah ini masih adanya kekurangan, oleh karna itu kami mengharapkan saran membangun untuk penyempurnaan karya tulis ini dan semoga karya tulis ilmiah akhir ini dapat bermanfaat.

Jakarta, 23 Juni 2023

Muhamad Aziz Alviansyah

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
HALAMAN PENGUJI	ii
LEMBAR REVISI	iii
HALAMAN MOTTO	iv
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR	v
PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GRAFIK	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penulisan.....	4
D. Terminologi Istilah.....	4
BAB II KAJIAN TEORI	6
A. Anatomi, Fisiologi dan Biomekanik Sendi Pinggul.....	6
1. Tulang pembentuk pinggul	6
2. Kapsul sendi pada sendi pinggul.....	8
3. Otot pada sendi pinggul	10
4. Ligamen pada sendi pinggul	14
5. Persyaratan pada sendi pinggul.....	14
6. Bursa	15
7. Arteri dan Vena pada Pinggul.....	16
8. Biomekanik Sendi Pinggul.....	17
B. Groin Strain.....	20

1. Definisi.....	20
2. Etiologi.....	20
3. Patofisiologi	21
4. Patomekanik.....	21
5. Tanda Gejala	21
6. Problematik	22
7. Resiko Dan Komplikasi	22
C. Proses Fisioterapi Pada Kasus Groin Strain.....	22
1. Assesmen Fisioterapi	22
2. Pemeriksaan Fungsi Gerak Dasar (PFGD)	24
3. Diagnosa Fisioterapi.....	37
4. Perencanaan Fisioterapi	37
5. Intervensi.....	38
BAB III METODE PELAKSANAAN DAN LAPORAN KASUS.....	44
A. Metode pelaksanaan	44
B. Laporan Kasus	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	58
A. Hasil.....	58
B. Pembahasan	63
BAB V PENUTUP.....	66
A. Kesimpulan	66
B. Saran	67
DAFTAR PUSTAKA	68
LAMPIRAN STATUS KLINIS	70
LEMBAR KONSUL	82

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Tulang Pembentuk Sendi Pinggul (Dutton, 2013)	8
Gambar 2. 2 Kapsul sendi pinggul (Dutton, 2013)	9
Gambar 2. 3 Acetabular labrum (Dutton, 2013)	9
Gambar 2. 4 Otot yang terdapat pada pinggul	13
Gambar 2. 5 Superficial muscles of the posterior hip (Dutton, 2013)	13
Gambar 2. 6 Anatomy lumbopelvic anterior & posterior view	14
Gambar 2. 7 Syaraf yang melintasi sendi pinggul (Dutton, 2013)	15
Gambar 2. 8 Bursa pada sendi pinggul (Dutton, 2013).....	16
Gambar 2. 9 Arteri pada pinggul dan paha. (Foundation, 2009)	17
Gambar 2. 10 Groin strain (Netter, 2010)	20
Gambar 2. 11 Contoh pengukuran dengan squeeze test adductor 45° (Moreno-Pérez et al., 2019).....	28

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Nilai MMT	25
Tabel 2. 2 <i>Questionnaire hip and/or groin problems</i> (Questionnaire, 2011)	29
Tabel 2. 3 Rekomendasi intervensi fase latihan groin strain.....	39
Tabel 4. 1 Pemeriksaan Gerak Aktif.....	58
Tabel 4. 2 Pemeriksaan Gerak Pasif	59

DAFTAR GRAFIK

Grafik 4. 1 Hasil pengukuran NPRS nyeri gerak aktif pada hip dextra, awal dan akhir terapi	61
Grafik 4. 2 Hasil pengukuran NPRS nyeri gerak pasif pada hip dextra, awal dan akhir terapi	61
Grafik 4. 3 Pemeriksaan fungsional menggunakan HAGOS.....	63

ABSTRAK

Nama : Muhamad Aziz Alviansyah

Program Studi : Fisioterapi

Judul : Penatalaksanaan Fisioterapi pada kondisi groin strain dextra

Pembimbing : Lucky Anggiat, STr. Ft., M. Physio

Latar belakang: *Groin strain* umum terjadi pada atlet yang bertanding dalam olahraga yang melibatkan gerakan berulang, gerakan yang tiba-tiba berubah arah, berlari cepat, dan menendang. Fisioterapis merupakan tenaga kesehatan yang memiliki kemampuan dan keterampilan memaksimalkan potensi gerak dan fungsi yang berhubungan dengan kualitas gerak fungsional seseorang. **Tujuan:** Untuk mengetahui proses penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *groin strain dextra*. **Metode:** Metode yang digunakan adalah studi kasus pada pasien atlet sepakbola dengan kondisi groin strain akibat melakukan gerakan yang berlebihan dan kurang melakukan *warm up* di Klinik Cardea Physiotherapy and Pilates pada tanggal 13 Februari 2023 sampai 10 Maret 2023 dan diberikan intervensi berupa Radio frekuensi, terapi manual dan terapi latihan. Hasil: setelah 4 kali terapi didapatkan hasil nyeri pada pasien berkurang dan peningkatan lingkup gerak sendi pada gerakan abductor, adductor, fleksor, dan internal rotator hip. **Kesimpulan:** Intervensi fisioterapi sebanyak empat kali pada Tn. R dengan manual terapi yaitu mobilisasi sendi, *massage* dan *taping*, terapi latihan yaitu *kneeling stretch*, *lunges with ball exercise*, *one leg stand exercise*, *one leg ballance with ball exercise*, *front leg adductor splint squat*, *swiss ball adductor curl exercise*, dan pemberian Indiba Radio Frekuensi didapatkan hasil yaitu pengurangan nyeri, peningkatan LGS, dan peningkatan kemampuan aktivitas fungsional.

Kata kunci: Groin strain, Fisioterapi, Terapi Manual, Terapi Latihan, Radio Frekuensi

ABSTRACT

Name : Muhamad Aziz Alviansyah

Study Program: Fisioterapi

Title : *Physiotherapy management for dextra groin strain conditions*

Supervisor : Lucky Anggiat, STr. Ft., M. Physio

Background: Groin strains are common in athletes who compete in sports that involve repetitive motions, sudden changes in direction, fast running, and kicking. Physiotherapists are health workers who have the ability and skills to maximize the potential for movement and function related to the quality of a person's functional movements. ***Objective:*** To determine the process of physiotherapy management in groin strain conditions dextra. ***Methods:*** The method used is a case study in football athlete patient with groin strain conditions due to excessive movement and not enough warm up at the Cardea Physiotherapy and Pilates Clinic on February 13 2023 to March 10 2023 and were given interventions in the form of radio frequency, manual therapy and exercise therapy. ***Result:*** after 4 times of physiotherapy, the results showed reduced pain in patients and increased range of motion (ROM) in the abductor, adductor, flexor, and internal rotator hip movements. ***Conclusion:*** Physiotherapy intervention four times with manual therapy, namely joint mobilization, massage and taping, exercise therapy, namely kneeling stretch, lunges with ball exercise, one leg stand exercise, one leg ballance with ball exercise, front leg adductor splint squat, swiss ball adductor curl exercise, and Indiba giving Radio frequency results obtained are pain reduction, increased ROM, and increased functional activity ability.

Keywords: Groin strains, Physiotherapy, Manual Therapy, Exercise Therapy, Radio Frequenc.