

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Epicondylitis lateral, atau yang dikenal sebagai "*tennis elbow*", merupakan kondisi nyeri pada sisi lateral siku akibat *overuse* otot-otot *ekstensor* pergelangan tangan, terutama otot *extensor carpi radialis brevis* (ECRB). Kondisi ini sering ditemukan pada individu yang melakukan gerakan berulang pada pergelangan tangan dan lengan bawah, seperti atlet, pekerja manual, dan pengguna komputer. Prevalensi kondisi ini diperkirakan mencapai 1–3% pada populasi usia 35–54 tahun .

Sebuah studi oleh Park et al. (2021) menemukan bahwa dari 937 partisipan, 26,1% mengalami *epicondylitis lateral*, dengan 79,6% kasus terjadi pada sisi dominan tubuh . Faktor risiko yang signifikan meliputi jenis kelamin perempuan, pekerjaan manual, dan cedera pada *rotator cuff*. Temuan ini menunjukkan bahwa kondisi ini tidak hanya terbatas pada atlet, tetapi juga umum pada populasi pekerja. Secara fisiologis, *epicondylitis lateral* bukan hanya peradangan, tetapi juga melibatkan degenerasi tendon akibat mikrotrauma berulang . Hal ini menyebabkan nyeri, kelemahan otot, dan keterbatasan fungsi, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari.

Penatalaksanaan fisioterapi menjadi pilihan utama dalam mengatasi kondisi ini. Intervensi seperti latihan *eksentrik*, terapi manual, dan modalitas elektroterapi telah menunjukkan efektivitas dalam mengurangi nyeri dan meningkatkan fungsi. Namun, efektivitas masing-masing intervensi masih menjadi perdebatan di kalangan praktisi. Sebuah meta-analisis oleh Navarro-Santana et al. (2020) menunjukkan bahwa latihan *eksentrik* memiliki efek signifikan dalam mengurangi nyeri dan meningkatkan fungsi pada pasien dengan *epicondylitis lateral* . Namun, studi lain oleh Bisset et al. (2021) menyatakan bahwa tidak ada perbedaan signifikan antara fisioterapi berbasis latihan dan pengobatan injeksi dalam jangka pendek .

Teknik *Mulligan Mobilization with Movement* (MWM) telah menjadi perhatian dalam beberapa tahun terakhir. Puspitasari dan Yani (2020) dalam ulasannya menemukan bahwa MWM efektif dalam mengurangi nyeri dan meningkatkan kekuatan genggam pada pasien dengan *epicondylitis lateral*. Demikian pula, Zami et al. (2024) menyimpulkan bahwa MWM dapat menjadi intervensi yang efektif dalam penatalaksanaan kondisi ini. Selain itu, teknik *myofascial release* dan latihan eksentrik juga telah diteliti. Junaedi dan Amaliyah (2023) melaporkan bahwa kombinasi kedua teknik ini efektif dalam meningkatkan kemampuan fungsional siku pada pasien dengan *epicondylitis lateral*.

Modalitas elektroterapi seperti *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS) dan *ultrasound* (US) juga digunakan dalam penatalaksanaan kondisi ini. Junaedi et al. (2023) dalam studi kasus mereka menunjukkan bahwa kombinasi *TENS*, *US*, dan terapi latihan dapat mengurangi nyeri dan meningkatkan fungsi pada pasien dengan *epicondylitis lateral*. Namun, beberapa studi menunjukkan bahwa intervensi non-operatif seperti *injeksi kortikosteroid*, *PRP*, atau latihan *eksentrik* mungkin tidak lebih efektif dibandingkan dengan *plasebo* dalam jangka pendek. Hal ini menekankan perlunya pendekatan individual dalam penatalaksanaan kondisi ini.

Dari berbagai intervensi yang ada, penting untuk mempertimbangkan faktor-faktor individu seperti tingkat keparahan, durasi gejala, dan preferensi pasien dalam memilih pendekatan terapi yang tepat. Pendekatan multimodal yang menggabungkan beberapa teknik mungkin memberikan hasil yang lebih baik. Dalam konteks Indonesia, penelitian mengenai penatalaksanaan fisioterapi pada *epicondylitis lateral humeri* masih terbatas. Oleh karena itu, studi ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas berbagai intervensi fisioterapi dalam penatalaksanaan *epicondylitis lateral humeri dextra*, dengan fokus pada teknik-teknik yang telah disebutkan sebelumnya.

Studi ini akan menggunakan pendekatan studi kasus untuk menganalisis respons pasien terhadap berbagai intervensi fisioterapi. Evaluasi akan dilakukan menggunakan alat ukur seperti *Visual Analog Scale* (VAS), *Patient-Rated Tennis Elbow Evaluation* (PRTEE), dan pengukuran kekuatan otot.

Hasil dari studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan protokol penatalaksanaan fisioterapi yang efektif untuk *epicondylitis lateralis humeri dextra*. Selain itu, temuan ini dapat menjadi dasar bagi penelitian lebih lanjut di bidang ini. Dengan meningkatnya prevalensi kondisi ini di kalangan pekerja dan populasi umum, penting bagi fisioterapis untuk memiliki pemahaman yang mendalam mengenai intervensi yang efektif. Studi ini bertujuan untuk menjawab kebutuhan tersebut.

Akhirnya, pemilihan judul "Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kasus *Epicondylitis Lateralis Humeri Dextra*" didasarkan pada kebutuhan untuk mengeksplorasi dan memahami efektivitas berbagai intervensi fisioterapi dalam mengatasi kondisi ini, khususnya pada sisi dominan tubuh yang sering digunakan dalam aktivitas sehari-hari. Dengan fokus pada pendekatan yang berbasis bukti dan relevan dengan konteks lokal, studi ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam praktik fisioterapi di Indonesia.

Dari latar belakang diatas yang didukung oleh lahan kompre di Rumah Sakit St Carolus dengan kondisi pasien yang datang cukup banyak menderita *Epicondylitis lateralis humeri* maka penulis berniat mengangkat kasus *epicondylitis Lateral* dalam karya tulis ilmiah tentang **Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi *Epincondilitis Lateralis Humeri Dextra***"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latarbelakang di atas, maka rumusan masalah pada penulisan Karya Tulis Ilmiah Akhir (KTIA) ini adalah bagaimana penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *Epincondilitys Lateralis Humeri Dextra*

C. Tujuan Penulisan

Adapun tujuan dari penulisan karya Tulis ilmiah yang ingin dicapai oleh penulis yaitu:

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *Epincondylitis Lateralis Humeri Dextra*

2. Tujuan Khusus

- a) Untuk mengetahui problematik pada kondisi *Epincondylitis Lateralis Dextra*.
- b) Untuk mengetahui patofisiologi problematik fisioterapi pada kondisi *Epincondylitis Lateralis Dextra*
- c) Untuk mengetahui Penatalaksanaan fisioterapi dengan ultrasound dan hold relax pada kondisi *Epincondylitis Lateralis Dextra*

D. Terminologi Istilah

- a. *Epicondylitis Lateral (Tennis Elbow)*, adalah kondisi nyeri dibagian *Lateral Elbow* (luar siku) *Epicondylitis lateral*, timbul karena adanya inflamasi akibat pada pekerjaan aktivitas tangan dan pergelangan tangan yang berlebihan. Umumnya pekerjaan atau olahraga yang menyebabkan injury pada *ekstensor carpi radialis brevis*. *Epicondylitis lateral* ini ditandai dengan nyeri siku dengan gerakan *supinasi elbow* dan *pronasi elbow*. (Robert Kopf, 2018)
- b. Terapi ultrasound dapat memberikan efek termal atau efek pemanasan dalam maupun *superfisial* (luar), dan efek non termal (efek mekanik yang dapat berfungsi mempercepat terjadinya pemulihan atau regenerasi jaringan baru) dengan gelombang suara berfrekwensi tinggi yang tidak terdeteksi oleh telinga manusia. Frekwensi pada *ultrasound* antara 500.000 Hz-5.000.000 Hz (0,5 hingga 5 MHz) (Sudarsini , 2017)

c. Terapi latihan

Terapi ini bertujuan untuk membantu mengembalikan fungsi dan memberikan pengutan pada otot agar bisa kembali normal atau dapat beraktivitas kembali tanpa adanya gangguan. (Sudarsini , 2017)

