

## **PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *TRIGGER FINGER DEXTRA* DENGAN MENGGUNAKAN MODALITAS ULTRASOUND, MASSAGE DAN *HOLD RELAX* DI RSU PINDAD KOTA BANDUNG**

**Tasya Zulfalina<sup>1\*</sup>, Ika Rahman<sup>1</sup>**

**<sup>1</sup>Politeknik Piksi Ganehsa**

Jl. Gatot Subroto No.301, Maleer, Kec. Batununggal, Kota Bandung, Jawa Barat 40274

E-mail: tasyazulfalina03@gmail.com

### **ASBTRAK**

*Trigger Finger* merupakan gangguan umum yang sering terjadi dan ditandai dimana jari yang dibengkokkan tidak dapat diluruskan kembali serta berhubungan disfungsi dan nyeri yang disebabkan penebalan pada suatu tendon fleksor, dalam kombinasi dengan adanya penebalan di dalam selubung tendon pada tempat yang sama. Setelah pemberian tindakan fisioterapi sebanyak 6 kali, penurunan nilai nyeri tekan dari T1: 8 menjadi T6: 4, nyeri gerak dari T1: 6 menjadi T6: 2, peningkatan nilai kekuatan otot fleksor dari T1: 3 menjadi T6: 5, peningkatan kekuatan otot ekstensor dari T1: 3 menjadi T6: 5, peningkatan lingkup gerak sendi pada gerakan fleksi Prox. Interphalangs dekstra dari T1: 112° menjadi T6: 115°. *Ultrasound, massage* dan *hold relax* dapat membantu penurunan nyeri, meningkatkan kekuatan otot dan peningkatan lingkup gerak sendi pada kasus *Trigger Finger*

**Kata Kunci:** *Trigger finger, Ultrasound, massage dan Terapi Latihan.*

### **ASBTRACT**

*Trigger Finger* is a common disorder that is characterize by an irreversibility the bent finger and associated with dysfunction and pain caused by thickening of a flexor tendon, in combination with thickening of the tendon sheath in the same place. To find out the management of physiotherapy in reducing pain, increasing the range of motion of joints in *Trigger Finger* sufferers with *Ultrasound, Massage* and exercise therapy in the form of *hold relax*. After doing physiotherapy six times, result of the assessment pain decreased from T1: 8 to T6: 4, motion pain from T1: 6 to T6: 2, increased value of flexor muscle strength from T1: 3 to T6: 5, increased strength of extensor muscle from T1: 3 to T6: 5, increased flexion range of motion of prox interphalangeal joint dextra from T1: 112° to T6: 115°.

*Ultrasound, massage* and *hold relax* can help reduce pain, increase muscle and increase range of motion in cases of *Trigger Finger*.

**Keywords:** *Trigger Finger, Ultrasound Diathermy, massage and Hold Relax*

## PENDAHULUAN

Kesehatan adalah keadaan sempurna baik fisik, mental maupun sosial, tidak hanya terbebas dari penyakit atau kelemahan/cacat (WHO, 2015). Menurut Kemenkes pada tahun 2009, kesehatan ialah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu dan/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, dan komunikasi. (PERMENKES, 2015).

*Trigger finger* adalah gangguan umum yang sering terjadi dan ditandai dimana jari yang dibengkokkan tidak dapat diluruskan kembali serta berhubungan dengan disfungsi dan nyeri yang disebabkan penebalan pada suatu tendon fleksor, dalam kombinasi dengan adanya penebalan di dalam selubung tendon pada tempat yang sama. (Izzaty firdawati 2019). Penyebab potensial *trigger finger* telah dapat dijelaskan, tetapi etiologi tetap idiopatik, artinya penyebabnya tidak diketahui. Kemungkinan disebabkan oleh trauma lokal dengan stres dan gaya degeneratif. Ada yang menghubungkan penyebab trigger finger karena penggunaan fleksi tangan yang terus-menerus dan pada tiap individu sering dengan penyebab multifaktor. Oleh karena itu sering disebut dengan tenosinovitis stenosing (stenosans tenovaginitis khusus pada jari). Stenosing berarti penyempitan terowongan atau tabung-seperti struktur (selubung tendon). Tenosynovitis berarti radang tendo. (wibawa,2019)

Menurut kisner pada tahun 2016 mendefinisikan bahwa, modalitas/alat-alat terapi latihan merupakan alat penunjang yang dapat digunakan oleh seorang fisioterapis dalam melakukan program terapi latihan. Berbagai jenis peralatan terapi latihan diciptakan dengan berbagai fungsi dan kegunaan masing-masing. Peralatan terapi latihan dibuat untuk membantu atau memfasilitasi pasien dalam melakukan latihan aktif terhadap gangguan yang dimilikinya. Modalitas terpilih yang digunakan pada kasus *Trigger finger* ini adalah *Ultrasound, Massage* dan Terapi latihan berupa *Hold Relax*.

Ultrasound merupakan suatu bentuk vibrasi akustik yang terjadi pada frekuensi yang terlalu tinggi untuk dapat diterima oleh telinga manusia. Untuk tujuan fisioterapeutik, ultrasound dengan kisaran frekuensi 0,5-5 MHz yang digunakan (khatri,2014).

Penatalaksanaan fisioterapi kedua pada kasus *trigger finger* selain menggunakan *ultrasound* bisa juga berupa *massage*. *Massage* adalah Sebagai pijat yang telah disempurnakan dengan ilmu-ilmu tentang tubuh manusia atau gerakasn-gerakan tangan yang mekanis terhadap tubuh manusia dengan mempergunakan bermacam-macam bentuk pegangan atau teknik. Teknik *massage* yang digunakan pada kasus trigger finger berupa *effluarge* (gosokan). *Effluarge* adalah gerakan dengan mempergunakan seluruh permukaan telapak tangan melekat pada bagian bagian tubuh yang di gosok. (Trisnowiyanto, 2014)

## METODE PENULISAN

### A. Teknologi Intervensi Fisioterapi

Modalitas yang diaplikasikan pada kasus Trigger Finger adalah Ultrasound, Mterapi latihan berupa Hold Relax.

Ultrasound merupakan suatu bentuk vibrasi akustik yang terjadi pada frekuensi yang terlalu tinggi untuk dapat diterima oleh telinga manusia. Untuk tujuan fisioterapeutik, ultrasound dengan kisaran frekuensi 0,5-5 MHz yang digunakan (khatri,2014).

*Massage* adalah Sebagai pijat yang telah disempurnakan dengan ilmu-ilmu tentang tubuh manusia atau gerakasn-gerakan tangan yang mekanis terhadap tubuh manusia dengan mempergunakan bermacam-macam bentuk pegangan atau teknik. Teknik *massage* yang digunakan pada kasus trigger finger berupa *effluarge* (gosokan).

Effluarge adalah gerakan dengan mempergunakan seluruh permukaan telapak tangan melekat pada bagian bagian tubuh yang di gosok. (Trisnowiyanto, 2014)

Terapi latihan adalah performa gerakan tubuh, postur dan aktivitas fisik yang dilaksanakan secara sistematis dan terencana untuk menyediakan bagi pasien atau klien untuk memperbaiki atau mencegah kelemahan fisik, meningkatkan, memperbaiki atau meningkatkan fungsi fisik. Mencegah atau menurunkan faktor risiko kesehatan dan optimalisasi seluruh status kesehatan, kebugaran atau rasa sehat. (M.R 2012). Terapi latihan yang digunakan pada kasus *Trigger finger* berupa *Hold Relax*. *Hold relax* merupakan salah satu teknik yang perlakuan terdiri atas fasilitasi aktif, resisted static contraction, relaxation forced passive movement dan traksi yang bermanfaat dalam peningkatan ROM, menyarankan bahwa reaksi kontraksi dan relaksasi tersebut ketika diberikan PNF teknik hold relax khususnya pasif di akhiri gerakan akan terjadi penguluran serabut otot tersebut akan semakin bertambah panjang, sehingga terjadilah penambahan jarak gerak abduksi sendi bahu karena penguluran otot baik secara aktif maupun pasif sesuai fleksibilitas otot (Suharto, dkk 2016).

#### B. Deskripsi Problematika Fisioterapi

Problematika yang terjadi menurut klasifikasi dari WHO tahun 2001 yang dikenal dengan *International Classification of Function and Disability (ICF)*. Yang terdiri atas 3 tingkatan, yaitu : *Impairment*, *Functional Limitation* dan *Participation Restriction*.

1. *Impairment* : Adanya Nyeri gerak dan nyeri tekan pada jari ke-2
2. *Funcional limitation* : Pasien tidak dapat melakukan aktivitas sebagai ibu rumah tangga seperti memotong, memasak, meremas pakaian dan lain lain
3. *Participation retriction* : Pasien mampu melakukan aktivitas sehari hari namun sedikit kesulitan saat melakukan pekerjaan rumah tangga

#### Populasi Dan Sampel

##### 1. Nyeri dengan VAS

*Visual Analogue Scale (Vas)* merupakan alat pengukur intensitas nyeri yang dianggap paling efisien yang telah digunakan dalam penelitian dan pengaturan klinis. Adapun keterangan nilai Vas 0-5 (nyeri sedang) dan 6-10 (nyeri berat). Dari pemeriksaan di atas di hasilkan. (Istihana 2019). Pada pemeriksaan ini terdapat hasil:

Pemeriksaan Nyeri.	Nilai
Diam	0
Tekan	8
Gerak	8

##### 2. Kekuatan Otot dengan MMT

*Manual Muscle Testing (MMT)* merupakan suatu pemeriksaan kekuatan otot dengan menggunakan metode gerakan melawan tahanan dengan skala penilaian dari angka 0 sampai 5 dan masing-masing memiliki tingkatan nilai yang berbeda. Dari hasil pemeriksaan kekuatan otot dengan MMT terdapat hasil:

Gerakan	Kanan	Kiri
Flexor	3	5
Extensor	3	5

##### 3. LGS dengan Goniometer

Lingkup gerak sendi adalah jangkauan gerak yang dapat dilaukan oleh sendi. Jangkauan maksimal sendi sangat bervariasi tergantung pada usia, jenis kelamin, struktur persendian,

komposisi tubuh. Pengukuran lingkup gerak sendi dilakukan dengan suatu alat yang disebut goniometer. ( Herawati&Wahyuni, 2017)

Gerakan	ROM	Nyeri
PIP Ektensi/fleksi jari ke 3	S. 00-00-112	Ada

### Metode Pengumpulan Data

Prosedur pengumpulan data dalam penyusunan studi kasus ini dibagi menjadi dua, yaitu data primer dan data sekunder.

#### 1. Data Primer

Data primer terbagi menjadi tiga bagian, yaitu pemeriksaan fisik, interview dan observasi. Pemeriksaan fisik bertujuan untuk mengetahui kondisi fisik pasien. Pemeriksaan ini terdiri dari: vital sign, inspeksi, palpasi, pemeriksaan gerak dasar, kemampuan fungsional dan lingkungan aktivitas. Interview adalah metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara sesi tanya jawab antara terapis dengan pasien. Observasi dilakukan sebagai bentuk pengamatan pasien selama diberikan program fisioterapi.

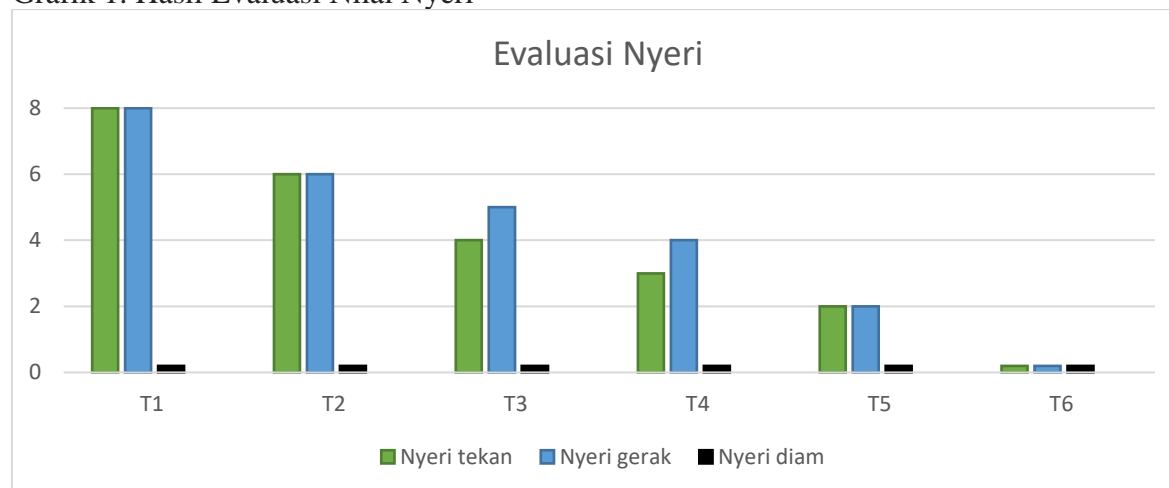
#### 2. Data Sekunder

Data sekunder terbagi menjadi dua bagian, yaitu studi dokumentasi dan data pustaka, didapatkan dari buku-buku fisioterapi dan kumpulan jurnal yang berkaitan dengan kasus *Trigger finger*

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil Pemeriksaan Evaluasi Nyeri dengan menggunakan VAS

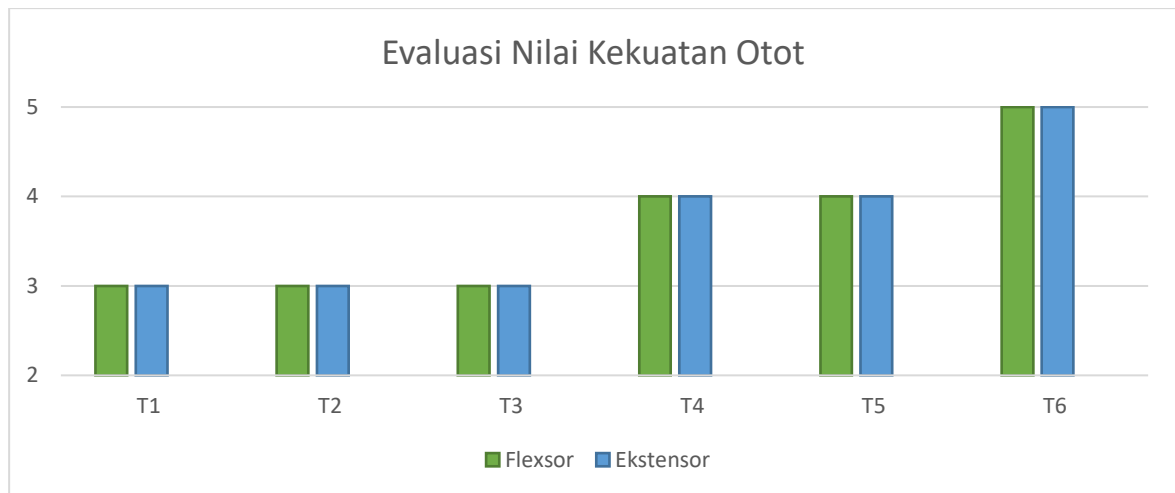
Grafik 1. Hasil Evaluasi Nilai Nyeri



Pada grafik 1 menunjukkan adanya penurunan nyeri setelah menjalani 6 kali terapi di RSUD PINDAD dimana nyeri gerak berkurang T1 :8 menjadi T6: 0, nyeri tekan berkurang dari T1:6 menjadi T2:0 dan nyeri diam tidak ada perubahan.

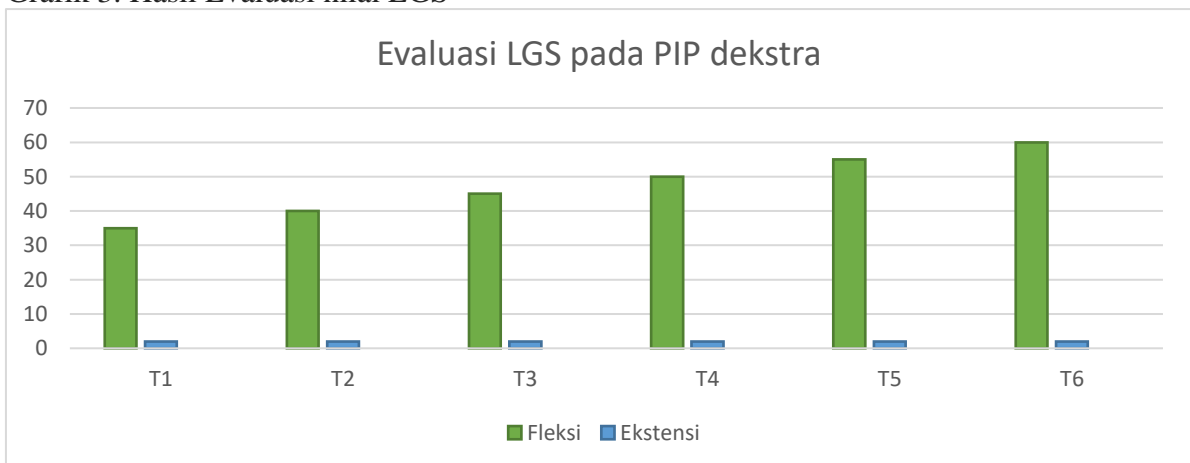
### 2. Hasil Pemeriksaan Evaluasi Kekuatan Otot dengan menggunakan MMT

Grafik 3. Hasil Evaluasi nilai kekuatan otot



Pada grafik 2 menunjukkan adanya kenaikan nilai kekuatan otot setelah menjalani 6 kali terapi di RSUD PINDAD dimana nilai kekuatan otot penggerak fleksi PIP bertambah dari T1 : 3 menjadi T6 : 5 dan nilai kekuatan otot penggerak PIP bertambah menjadi T1 : 3 menjadi T6 : 5.

3. Hasil Pemeriksaan Evaluasi Lingkup Gerak Sendi dengan menggunakan Goniometer Grafik 3. Hasil Evaluasi nilai LGS



Pada grafik 3 menunjukkan adanya kenaikan lingkup gerak sendi setelah menjalani 6 kali terapi di RSUD PINDAD dimana fleksi PIP bertambah dari T1 : 100 menjadi T6 : 115 dan ekstensi PIP tidak mengalami perubahan tetap 0.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Setelah dilakukan fisioterapi sebanyak 6 kali pada pasien atas nama Ny M usia 67 tahun dengan diagnose *Trigger finger* dengan modalitas ultrasound, massage dan hold relax exercise penulis dapat menyimpulkan:

1. Setelah melakukan pemberian *Ultrasound* dan *Massage* didapatkan penurunan nyeri gerak dan nyeri tekan, dibuktikan dengan pemeriksaan dan evaluasi menggunakan VAS.
2. Setelah melakukan pemberian *Hold Rilex* didapatkan peningkatan nilai kekuatan otot tangan, dibuktikan dengan pemeriksaan dan evaluasi menggunakan MMT pada otot-otot tangan.
3. Setelah melakukan *Hold Rilex* didapatkan peningkatan lingkup gerak sendi, dibuktikan dengan pemeriksaan dan evaluasi menggunakan Goniometer.
4. Setelah pemberian program rencana tindakan fisioterapi di dapatkan hasil evaluasi baik. Pasien mampu melakukan program yang telah diberikan.

5. Setelah dilakukan tindakan fisioterapi pada kasus *trigger finger* di dapatkan evaluasi yang signifikan, pasien merasa jauh lebih baik dari sebelum di berikan tindakan fisioterapi. Pemberian modalitas *hold relax* dapat meningkatkan lingkup gerak sendi, dibuktikan dengan hasil pemeriksaan dan evaluasi menggunakan goniometer.

### **Saran**

#### Bagi Pasien

Disarankan pasien untuk mengikuti arahan yang telah diberikan oleh terapis yaitu menjalankan terapi dengan teratur dan mengikuti serangkaian edukasi yang telah di berikan.

1. Bagi Pasien

Disarankan pasien untuk mengikuti arahan yang telah diberikan oleh terapis yaitu menjalankan terapi dengan teratur dan mengikuti serangkaian edukasi yang telah di berikan.

2. Bagi Penulis

Dari hasil penulisan ini diharapkan dapat menjadi sumber literatur untuk penulisan dan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan *trigger finger*.

3. Bagi Institusi

Dari hasil penulisan ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi untuk bahan pembelajaran mengenai *trigger finger*.

4. Bagi Masyarakat

Disarankan untuk selalu memperhatikan kondisi apabila terjadi keluhan keluhan yang di rasakan. Segera melakukan pemeriksaan agar bisa mendapatkan tindakan yang tepat.

### **REFERENSI**

Laporan rekam medis poli fisioterapi RSUD PINDAD Tahun 2021

UURI (2009). Peraturan Pemerintah Nomor 36. Tentang Kesehatan.

PERMENKES (2015). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 65 Tahun 2015. Tentang Standar Pelayanan Fisioterapi.

WHO. World Health Statistic Report. (2015). Geneva: World Health Organization.

Sulfandi. (2020). Basic Clinical Anatomy Musculoskeletal In Physiotherapy. Sidoarjo: Widya Physio Publishing.

Syafitri, P. K., & Permanasari, V. Y. (2020). Analisis Layanan Fisioterapi Dal Analisis Layanan Fisioterapi Dalam Upaya Pelayanan Kesehatan di Puskesmas Wilayah DKI Jakarta. *Jurnal Ilmiah Fisioterapi*, 3(1), 1–7. <https://doi.org/10.36341/jif.v3i1.1143>

Priyanto Arif, Wijianto, Rahman Farid. (2018). Terapi Latihan Dasar. Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta *press*.

Khatri M. Subhash. (2018). Elektroterapi. New Delhi India. Jaypee Brother Medical Publisher Ltd, Penerbit buku kedokteran.

Trisnowiyanto, Bambang. (2014). Keterampilan Dasar *Massage*. Yogyakarta. Nuha Medica Yogyakarta.

Anggriani, Nurul Aini, Sulaiman (2020) Efektivitas Latihan Range Of Motion Pada Pasien Stroke Di Rumah Sakit Siti Hajar Journal Of Healthcare Technology And Medicine. Vol. 6(2). <http://www.jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/view/974>

Juliastuti, J., Alma, A. D. A., & Sarina, S. (2020). Efektivitas Ultrasound Therapy Dan Auto Stretching Dengan Penambahan Neuromuscular Taping Terhadap Penurunan Nyeri Dan Peningkatan Luas Gerak Sendi Proximal Interphalangeal Pada Pasien Trigger Finger Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 1(2), 76–82. <https://doi.org/10.23917/fisiomu.v1i2.11420>.

Suharto, S., Suriani, S., & Leksonowati, S. S. (2016). Pengaruh Teknik Hold Relax terhadap Penambahan Jarak Gerak Abduksi Sendi Bahu pada Frozen Shoulder di Ratulangi

- Medical Centre Makassar. Buletin Penelitian Kesehatan, 44(2), 103–108. <https://doi.org/10.22435/bpk.v44i2.5453.103-108>
- Sulaiman, Anggriani. (2019). Pengaruh Penggunaan Infra Red di Posyandu Lansia Desa Lama. *Pelita Masyarakat*. Vol. 1(1). <http://www.ojs.uma.ac.id/index.php/pelitamasyarakat/article/view/2760>
- Maryaningsih; Sulaiman (2020). Efek Terapi Punggung Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Lanjut Usia. *Prosiding Seminar Hasil Penelitian 2019*. Vol.3(1). Universitas Muslim Nusantara (UMN) Al Washliyah. <https://www.e-prosiding.umnaw.ac.id/index.php/penelitian/article/view/592>
- Weir, R. F. (1907). Trigger finger. *Journal of the American Medical Association*, XLIX(14), 1168–1173. <https://doi.org/10.1001/jama.1907.25320140014001d>