

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Aktivitas fungsional adalah kegiatan yang dilakukan oleh seseorang untuk mengisi kebutuhan sehari-harinya diberbagai aspek seperti fisik, *physiological*, sosial, spiritual, intelektual dan kepentingan yang lainnya. Kesulitan fungsional adalah semua restriksi atau kekurangan dalam kemampuan untuk melakukan kegiatan yang dianggap dapat dilakukan oleh orang normal. Aktivitas fungsional ialah suatu kegiatan mengurus diri, merawat diri serta membantu diri agar mampu melakukan kegiatan sehari-hari secara mandiri. (Febriani, 2017)

Aktivitas fungsional dapat terganggu jika terjadi cedera pada suatu bagian tubuh tertentu yang akan mengganggu kegiatan sehari-hari. Macam cedera yang terjadi dalam aktivitas sehari-hari dibagi menjadi 2, yaitu: trauma akut dan *overuse syndrom* (penggunaan berlebih). Trauma akut adalah suatu cedera berat yang terjadi secara mendadak, seperti cedera goresan, robekan pada ligamen atau patah tulang. Sedangkan *overuse syndrom* yaitu akibat cedera yang berlarut-larut dan sering timbul kembali rasa sakitnya akibat cedera terdahulu (Setiawan, 2011).

Tennis elbow (lateral epicondylitis) adalah perasaan nyeri pada siku bagian luar terkait ekstensi pergelangan tangan yang berlebihan. (Fauzi, Adiputra, & Adiatmika, 2013). Tennis elbow adalah salah satu patologi yang paling sering didiagnosis dari ekstremitas atas dan kejadian ini adalah 1% per 1000 pasien per tahun dan prevalensi adalah 1-3% dari orang dewasa per tahun. Gejala utama adalah nyeri yang terletak di epikondilus lateral humerus dan asal ekstensor umum hanya distal (Razavipour, Azar, & Hosein, 2018)

Tennis elbow menyebabkan nyeri saat ekstensi pergelangan tangan, ekstensi jari, dan ketahanan eversi lengan serta mengurangi kekuatan pegangan dan ekstremitas memuat perlawanan, terutama selama ekstensi siku. (Lee, Kim, & Lim, 2018). Pada kondisi ini membutuhkan peran Fisioterapi untuk mengurangi nyeri dan

mengembalikan fungsi gerak pada siku, menurut PMK No.65 Tahun 2015 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.

Tindakan yang dapat diberikan oleh Fisioterapi pada tennis elbow untuk mengatasi masalah nyeri ini, maka diberikan intervensi *eccentric exercise* dan terapi ultrasound dan stretching. *Eccentric control exercise* merupakan suatu kontraksi otot dinamis yang menyebabkan pergerakan sendi dan perjalanan segmen tubuh sebagai kontraksi dan memanjangnya otot dari suatu tegangan. (Fauzi *et al.*, 2013)

Pemberian *eccentric control exercise* bertujuan untuk meningkatkan fungsional. Pemberian *eccentric control exercise* dapat memberi efek penguluran pada maksimal luas gerak sendi (LGS) yang akan merangsang golgi tendon organ sehingga timbul relaksasi pada otot (Fauzi *et al.*, 2013)

Parameter untuk mengevaluasi fungsional, kekuatan pegangan, ambang nyeri digital dari tennis elbow dengan latihan kontraksi eksentrik dilakukan survei dengan *Patient-Rated Tennis Elbow Evaluation Questionnaire* (PRTEE) yaitu berupa *questionnaire* yang menunjukkan secara signifikan meningkat dalam pengukuran kekuatan cengkeraman. Dilakukan sebelum pemberian intervensi dan setelah tiga minggu pemberian intervensi (Lee *et al.*, 2018). *Pasien-Rated Tennis Elbow Evaluation* (PRTEE), adalah kuesioner 15-item yang dirancang untuk mengukur kemampuan fungsional pada pasien dengan epicondylitis lateral..

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik mengambil judul: pemberian *Eccentric control exercise* untuk meningkatkan aktivitas fungsional pada penderita tennis elbow.

I.2 Identifikasi Masalah

Dari pernyataan diatas ada beberapa masalah yang berhubungan dengan fisioterapi antara lain:

- a. Tennis elbow tidak hanya diderita oleh pemain tennis, kondisi ini terjadi dalam hubungannya dengan kegiatan yang melibatkan ekstensi pergelangan tangan yang berulang melawan tahanan.
- b. Pada kondisi tersebut penderita akan merasakan nyeri pada bagian lateral lengan bawah dan kelemahan pada otot wrist serta adanya keterbatasan gerak.

I.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah di atas, yang menjadi masalah utamanya adalah “Bagaimana hasil pemberian intervensi *Eccentric Control Exercise* dalam meningkatkan aktivitas fungsional pada penderita tennis elbow?”

I.4 Tujuan Penulisan

Dari rumusan masalah yang telah ada, maka tujuan penulisan dari karya tulis ilmiah ini adalah: Untuk mengetahui hasil pemberian *Eccentric Control Exercise* terhadap peningkatan aktivitas fungsional pada kasus Tennis elbow.

I.5 Manfaat Penulisan

a. Bagi penulis

Berguna dalam pembelajaran, mengembangkan pengetahuan, dan mengambil keputusan pada kasus Fisioterapi khususnya pada penatalaksanaan Fisioterapi pada kasus Tennis elbow.

b. Bagi Institusi

Berguna bagi Institusi kesehatan dalam upaya menambah pengetahuan, kemampuan dalam mempelajari, dan mengambil suatu kesimpulan pada kasus Tennis elbow sehingga mampu memberikan terapi pada kasus ini agar dapat ditangani secara tepat, baik dan benar.

c. Bagi Masyarakat

Memperkenalkan Fisioterapi sebagai penanganan yang efektif untuk penyembuhan pada kasus tennis elbow.

