



**PELAKSANAAN FISIOTERAPI DALAM MENANGANI
PROBLEMATIK FISIOTERAPI PADA
KASUS *TENNIS ELBOW***

KARYA TULIS ILMIAH

**SABRINA KAISAFANA MULDANI
2210702032**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA
2025**



**PELAKSANAAN FISIOTERAPI DALAM MENANGANI
PROBLEMATIK FISIOTERAPI PADA
KASUS *TENNIS ELBOW***

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Kesehatan**

SABRINA KAISAFANA MULDANI

2210702032

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dituju telah saya nyatakan benar

Nama : Sabrina Kaisafana Muldani

NIM : 221.0702.032

Tanggal : 15 Juni 2025

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 23 Mei 2025

Yang Menyatakan,



(Sabrina Kaisafana Muldani)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sabrina Kaisafana Muldani
NRP : 2210702032
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Demi pembangunan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (Non-Exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Pelaksanaan Fisioterapi Dalam Menangani Problematik Fisioterapi Pada Kasus *Tennis Elbow*”**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Jakarta
Pada Tanggal 23 Mei
2025

Yang Menyatakan,



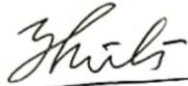
(Sabrina Kaisafana Muldani)

PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Akhir diajukan Oleh :

Nama : Sabrina Kaisafana Muldani
NIM : 2210702032
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga
Judul Karya Tulis Ilmiah : Pelaksanaan Fisioterapi Dalam Menangani Problematik
Fisioterapi Pada Kasus *Tennis Elbow*

Telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Heri Wibisono, S.Pd., M.Si
Penguji I (Pembimbing)



Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., Ph.D.
Penguji II

Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta



Agustiyawan, SST, FT, M.Fis, Ftr, AIFO
Penguji III



Mona Oktarina, S.Ft., Ftr., M.Biomed, AIFO
Koordinator Program Studi Fisioterapi
Program Diploma Tiga

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 23 Mei 2025

PELAKSANAAN FISIOTERAPI DALAM MENANGANI PROBLEMATIK FISIOTERAPI PADA KASUS TENNIS ELBOW

Sabrina Kaisafana Muldani

Abstrak

Latar Belakang: Tennis *Elbow*, atau lateral epicondylitis, adalah kondisi yang ditandai oleh peradangan pada tendon ekstensor di sisi lateral siku. Gejala yang muncul dapat menyebabkan nyeri yang signifikan dan membatasi gerakan, sehingga berdampak pada aktivitas sehari-hari pasien. Penelitian menunjukkan bahwa kondisi ini dapat mengurangi kemampuan fungsional pasien hingga 75% pada tangan yang dominan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi penatalaksanaan fisioterapi pada kasus tennis *Elbow* dengan menggunakan beberapa modalitas. Intervensi fisioterapi dilakukan sebanyak tiga kali dalam periode tiga minggu. **Metode:** Dalam penelitian ini, alat ukur yang digunakan meliputi *Visual Analog Scale* (VAS) untuk menilai tingkat nyeri yang dialami pasien, *Patient Rated Tennis Elbow Evaluation* (PRTEE) untuk mengukur kemampuan fungsional dalam aktivitas sehari-hari, dan *International Standard Orthopedic Measurement* (ISOM) untuk mengukur rentang gerak sendi dengan bantuan goniometer. Proses pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, pengukuran, dan observasi selama sesi terapi. **Hasil:** Setelah penerapan intervensi yang meliputi penggunaan *Ultrasound*, *Eccentric exercise*, *Stretching Exercise*, dan *Isometric Exercise* hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam rentang gerak sendi, penurunan tingkat nyeri, serta peningkatan kemampuan fungsional pasien. **Kesimpulan:** Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan modalitas *Ultrasound*, *Eccentric exercise*, *Stretching Exercise*, dan *Isometric Exercise* dalam mengurangi nyeri dan meningkatkan rentang gerak sendi pada pasien dengan tennis *Elbow*.

Kata Kunci : *Tennis Elbow*, *Ultrasound*, *Eccentric exercise*, *Passive Stetching*, *Isometric Exercise*, *Patient Rated Tennis Elbow Evaluation*.

IMPLEMENTATION OF PHYSIOTHERAPY IN ADDRESSING PHYSIOTHERAPY ISSUES IN TENNIS ELBOW CASES

Sabrina Kaisafana Muldani

Abstract

Background: Tennis Elbow, or lateral epicondylitis, is a condition characterized by inflammation of the extensor tendon on the lateral side of the Elbow. The symptoms can cause significant pain and limit movement, thereby impacting the patient's daily activities. Research indicates that this condition can reduce the functional capacity of patients by up to 75% in their dominant hand. **Objective:** This study aims to explore the management of physiotherapy for cases of tennis Elbow using various modalities. Physiotherapy interventions were conducted three Waktus over a period of three weeks. **Methods:** In this study, the measurement tools used included the Visual Analog Scale (VAS) to assess the level of pain experienced by the patient, the Patient Rated Tennis Elbow Evaluation (PRTEE) to evaluate functional ability in daily activities, and the International Standard Orthopedic Measurement (ISOM) to measure the range of motion of the Joint with the aid of a goniometer. Data collection was carried out through interviews, measurements, and observations during therapy sessions. **Results:** Following the implementation of interventions that included Ultrasound, Eccentric exercise, Stretching Exercise, and Isometric Exercise, the evaluation results showed significant improvements in Joint range of motion, a reduction in pain levels, and an enhancement in the patient's functional ability. **Conclusion:** Overall, this study demonstrates that the use of Ultrasound, Eccentric exercise, Stretching Exercise, and Isometric Exercise is effective in reducing pain and improving the range of motion in patients with tennis Elbow.

Keywords: Tennis Elbow, Ultrasound, Eccentric exercise, Passive Stetching, Isometric Exercise, Patient Rated Tennis Elbow Evaluation

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah yang berjudul “Pelaksanaan Fisioterapi Dalam Menangani Problematik Fisioterapi Pada Kasus *Tennis Elbow*”.

Penulis menyadari bahwa tanpa dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, penyusunan karya tulis ini tidak akan dapat terlaksana dengan baik. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan terima kasih, penulis menyampaikan apresiasi yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Heri Wibisono, S.Pd., M.Si., selaku dosen pembimbing yang telah bersedia membimbing, memberikan arahan dan masukan kepada penulis.
2. Kedua orang tua, yang tidak pernah lelah memberikan dukungan, kasih sayang, dan doa dalam setiap langkah yang dicapai penulis.
3. Semua pihak yang telah berperan dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu, namun tetap melekat dalam ingatan penulis atas segala bantuan dan dukungan yang telah diberikan.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih memiliki banyak kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan demi perbaikan ke depannya.

Jakarta, Mei 2025

Penulis

Sabrina Kaisafana Muldani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SKEMA	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan Penulisan.....	3
I.4 Manfaat Penulisan.....	4
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 5
II.1 Definisi	5
II.2 Anatomi	7
II.3 Fisiologi.....	15
II.4 Epidemiologi	15
II.5 Etiologi	16
II.6 Patofisiologi.....	16
II.7 Manifestasi Klinis.....	19
II.8 Prognosis	20
II.9 Pemeriksaan Fisioterapi.....	20
II.10 Diagnosis	50
II.11 Rencana Program Fisioterapi.....	52
II.12 Intervensi	53
II.13 Rencana Evaluasi.....	66
II.14 Kerangka Pikir.....	69
 BAB III METODE PELAKSANAAN DAN LAPORAN KASUS.....	 70
III.1 Metode Pelaksanaan.....	70
III.2 Laporan Kasus.....	71
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 90
IV.1 Hasil.....	90
IV.2 Pembahasan	93
IV.3 Keterbatasan	96

BAB V PENUTUP.....	98
V.1 Kesimpulan.....	98
V.2 Saran	99
DAFTAR PUSTAKA.....	100
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Otot-otot Ekstensi Elbow Joint	9
Tabel 2.	Otot-otot Ekstensi Elbow Joint	10
Tabel 3.	Otot-otot Pronasi dan Supinasi Elbow Joint	10
Tabel 4.	Otot-otot Ekstensi <i>Wrist Joint</i>	11
Tabel 5.	<i>Range of Motion</i> Normal.....	33
Tabel 6.	<i>Manual Muscle Test</i>	36
Tabel 7.	Interpretasi <i>Visual Analogue Scale</i>	43
Tabel 8.	Pemeriksaan Gerak Aktif	73
Tabel 9.	Pemeriksaan Gerak Pasif.....	74
Tabel 10.	Pemeriksaan Gerak Isometrik	74
Tabel 11.	Pemeriksaan Antropometri	75
Tabel 12.	Pemeriksaan LGS Aktif.....	76
Tabel 13.	Pemeriksaan LGS Pasif.....	76
Tabel 14.	Pemeriksaan Kekuatan Otot.....	77
Tabel 15.	Pemeriksaan Nyeri	77
Tabel 16.	Pemeriksaan Sensibilitas	78
Tabel 17.	Pemeriksaan dengan Tes Khusus	78
Tabel 18.	Hasil Evaluasi.....	88
Tabel 19.	Evaluasi Nyeri	90
Tabel 20.	Evaluasi Lingkup Gerak Sendi.....	91
Tabel 21.	Evaluasi PRTEE	92

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	<i>Articulatio Cubiti</i>	7
Gambar 2.	Tulang Radius.....	8
Gambar 3.	Tulang Radius dan Ulna	9
Gambar 4.	Ligamen <i>Articulatio Cubiti</i>	12
Gambar 5.	Tensimeter	25
Gambar 6.	Termometer	27
Gambar 7.	Goniometer.....	34
Gambar 8.	<i>Hammer reflex</i>	44
Gambar 9.	<i>Cozen Test</i>	46
Gambar 10.	<i>Mill's Test</i>	47
Gambar 11.	<i>Maudsley's Test</i>	47
Gambar 12.	<i>Ultrasound</i>	53
Gambar 13.	<i>Eccentric exercise</i>	57
Gambar 14.	Latihan <i>Stretching Exercise</i>	59
Gambar 15.	<i>Isometric Exercise</i>	62

DAFTAR SKEMA

Skema 1. Kerangka Pikir.....	69
------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. *Informed Consent*
- Lampiran 2. *PRTEE*
- Lampiran 3. Dokumentasi pemberian intervensi
- Lampiran 4. Kartu monitoring
- Lampiran 5. Pernyataan Plagiarisme
- Lampiran 6. Hasil Uji Turnitin