



**PELAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *TRIGGER*
FINGER UNTUK MENGURANGI NYERI DAN
MENINGKATKAN LGS DENGAN MENGGUNAKAN
ULTRASOUND DAN TERAPI LATIHAN (*TENDON GLIDE*
EXERCISE DAN *STRETCHING EXERCISE*)**

KARYA TULIS ILMIAH

GISCA AULYA SYAHRANI

2310702052

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA

2026



**PELAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *TRIGGER*
FINGER UNTUK MENGURANGI NYERI DAN
MENINGKATKAN LGS DENGAN MENGGUNAKAN
ULTRASOUND DAN TERAPI LATIHAN (*TENDON GLIDE*
EXERCISE DAN *STRETCHING EXERCISE*)**

KARYA TULIS ILMIAH

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

GISCA AULYA SYAHRANI

2310702052

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA

2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Gisca Aulya Syahrani

NIM : 2310702052

Tanggal : 18 Mei 2026

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dn diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 18 Mei 2026

Yang menyatakan,



(Gisca Aulya Syahrani)

PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN

Saya menyatakan bahwa dalam penyusunan Tugas Akhir ini, saya menggunakan teknologi Kecerdasan Buatan (AI) dengan platform GPT untuk tujuan pemeriksaan dan perbaikan tata bahasa dan saya bertanggung jawab penuh atas keakuratan, orisinalitas, dan integritas seluruh isi Tugas Akhir ini.

Nama : Gisca Aulya Syahrani

NIM : 2310702052

Jakarta, 18 Mei 2026

Yang menyatakan,



(Gisca Aulya Syahrani)

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 : Gisca Aulya Syahrani

NRP : 2310702052

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Demi pengembangan 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 Pada Kasus *Trigger Finger* Untuk Mengurangi Nyeri Dan Meningkatkan LGS Dengan Menggunakan *Ultrasound* Dan Terapi Latihan (*Tendon Glide Exercise* Dan *Stretching Exercise*)”.

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 Tugas Akhir/Skripsi/Tesis 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 : 18 Mei 2026

Yang menyatakan



(Gisca Aulya Syahrani)

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah diajukan oleh:

Nama : Gisca Aulya Syahrani

NIM : 2310702052

Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Judul : Pelaksanaan Fisioterapi Pada Kasus *Trigger Finger* Untuk Mengurangi Nyeri Dan Meningkatkan LGS Dengan Menggunakan *Ultrasound* Dan Terapi Latihan (*Tendon Glide Exercise* Dan *Stretching Exercise*)

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

Jakarta, 18 Mei 2026

Ketua Penguji

Meiza Anniza, S.Ft, M. Erg

NIP. 199303312025062002

Anggota Penguji I

Sri Gunda Fahriana Fahrudin, S. Ft, M. Fis

NIP. 199204302024062001

Anggota Penguji II

Heri Wibisono, S.Pd., M.Si

NIP. 197604232021211003

Mengetahui,

Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta



Dr. Sri Yanti, SST, EL, Ftr, M.Si

NIP. 197406102021211005

Koordinator Program Studi Fisioterapi
Program Diploma Tiga

Mona Oktarina, S.Ft., Ftr., M.Biomed, CIMI

NIP. 199310202022032016

PELAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *TRIGGER FINGER* UNTUK MENGURANGI NYERI DAN MENINGKATKAN LGS DENGAN MENGGUNAKAN *ULTRASOUND* DAN TERAPI LATIHAN (*TENDON GLIDE EXERCISE* DAN *STRETCHING EXERCISE*)

GISCA AULYA SYAHRANI

Abstrak

Latar Belakang : *Trigger Finger* merupakan gangguan pada jari tangan yang terjadi karena adanya peradangan pada selubung tendon sehingga terjadi penebalan pada tendon fleksor, sehingga menyebabkan nyeri dan keterbatasan lingkup gerak sendi, bahkan dapat menimbulkan fenomena “*locking*” saat jari digerakkan. Kondisi ini sering terjadi akibat aktivitas berulang, faktor degeneratif, maupun komorbid tertentu. **Tujuan :** Studi kasus kali ini bertujuan untuk mengetahui pelaksanaan fisioterapi dengan menggunakan *ultrasound* dan terapi latihan berupa *tendon glide exercise* dan *stretching exercise* dalam mengurangi nyeri dan meningkatkan LGS. **Metode penelitian :** Penelitian kali ini menggunakan metode laporan kasus pada seorang pasien Perempuan ibu rumah tangga yang berusia 64 tahun dengan diagnosis trigger finger jari ke-3 dextra di RSUP Dr, Sitanala, Tangerang. Pemeriksaan meliputi pengukuran nyeri menggunakan *Visual Analogue Scale* (VAS), lingkup gerak sendi menggunakan goniometer, kekuatan otot dengan *Manual Muscle Testing* (MMT), serta kemampuan fungsional menggunakan *Wrist and Hand Disability Index* (WHDI). Intervensi yang diberikan berupa kombinasi *ultrasound*, *tendon glide exercise*, dan *stretching exercise* selama 5 sesi terapi dengan 3 kali evaluasi. **Hasil :** Hasil dari pemberian intervensi berupa *ultrasound* dan terapi latihan (*tendon glide exercise* dan *stretching exercise*) menunjukkan adanya penurunan nyeri tekan sebanyak 2,6 poin, nyeri gerak sebanyak 3,5 poin, dan nyeri diam sebanyak 1,5 poin, peningkatan lingkup gerak sendi pada sendi MCP gerakan ekstensi 10° dan fleksi 20°, lalu pada sendi PIP gerakan fleksi 10°, peningkatan kekuatan otot sendi MCP dan PIP dari 4 menjadi 5, serta perbaikan kemampuan fungsional pasien yang ditunjukkan dengan penurunan skor WHDI dari 15% menjadi 6% (minimal disability). **Kesimpulan :** Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kombinasi intervensi fisioterapi berupa *ultrasound* dan terapi Latihan (*tendon glide exercise* dan *stretching exercise*) efektif dalam mengurangi nyeri dan meningkatkan lingkup gerak sendi pada pasien trigger finger sehingga dapat meningkatkan kemampuan aktivitas fungsional pasien.

Kata kunci : *Trigger Finger*, Nyeri, *Ultrasound*, Terapi Latihan, *Tendon Glide Exercise*, *Stretching Exercise*

IMPLEMENTATION OF PHYSIOTHERAPY IN CASES OF TRIGGER FINGER TO REDUCE PAIN AND IMPROVE ROM USING ULTRASOUND AND EXERCISE THERAPY (TENDON GLIDE EXERCISE AND STRETCHING EXERCISE)

GISCA AULYA SYAHRANI

Abstract

Background : Trigger Finger is a disorder of the fingers that occurs due to inflammation of the tendon sheath resulting in thickening of the flexor tendon, causing pain and limited range of motion of the joints, can even cause a "locking" phenomenon when the finger is moved. This condition often occurs due to repetitive activities, degenerative factors, or certain comorbidities. **Objective :** This case study aims to determine the implementation of physiotherapy using ultrasound and exercise therapy in the form of tendon glide exercise and stretching exercise in reducing pain and improving ROM. **Research Method :** This study uses a case report method on a 64-year-old female housewife with a diagnosis of trigger finger of the 3rd right finger at Dr. Sitanala General Hospital, Tangerang. The examination includes measuring pain using the Visual Analogue Scale (VAS), range of motion using a goniometer, muscle strength using Manual Muscle Testing (MMT), and functional ability using the Wrist and Hand Disability Index (WHDI). The intervention given is a combination of ultrasound, tendon glide exercise, and stretching exercise for 5 therapy sessions with 3 evaluations. **Results :** The results of the intervention in the form of ultrasound and exercise therapy (tendon glide exercise and stretching exercise) showed a decrease in pressure pain by 2.6 points, motion pain by 3.5 points, and still pain by 1.5 points, an increase in the range of motion of the MCP joint with 10° extension and 20° flexion movements, then in the PIP joint with 10° flexion movements, an increase in muscle strength of the MCP and PIP joints from 4 to 5, and an improvement in the patient's functional ability as indicated by a decrease in the WHDI score from 15% to 6% (minimal disability). **Conclusion :** Thus, it can be concluded that the combination of physiotherapy intervention in the form of ultrasound and exercise therapy (tendon glide exercise and stretching exercise) is effective in reducing pain and increasing the range of motion of the joints in patients with trigger finger so that it can improve the patient's functional activity ability.

Key words : Trigger Finger, Pain, Ultrasound, Exercise Therapy, Tendon Glide Exercise, Stretching Exercise

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul : “Pelaksanaan Fisioterapi Pada Kasus *Trigger Finger* Untuk Mengurangi Nyeri Dan Meningkatkan LGS Dengan Menggunakan *Ultrasound* Dan Terapi Latihan (*Tendon Glide Exercise* Dan *Stretching Exercise*)” sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Fisioterapi.

Penulis menyadari bahwa penyusunan karya tulis ini tidak terlepas dari dukungan dan bantuan berbagai pihak, sehingga penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu :

1. Ibu Mona Oktarina, S.Ft., Ftr, M.Biomed. CIMI selaku Kepala Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga UPN “Veteran” Jakarta yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, dan arahan kepada penulis selama menjalani proses perkuliahan.
2. Bu Fidyatul Nazhirah, S.Fis, Ftr, M.Fis, selaku Dosen Pembimbing Akademik. Terima kasih atas bimbingannya selama 6 semester ini.
3. Bapak Heri Wibisono, S.Pd., M.Si. selaku Dosen Pembimbing Karya Tulis Ilmiah. Terima kasih banyak atas waktu yang sudah diberikan untuk membimbing saya selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini. Terima kasih atas kesabaran, perhatian, arahan, ilmu, nasihat, serta motivasi yang telah diberikan sehingga penulis
4. Seluruh dosen dan staf UPN “Veteran” Jakarta yang telah memberikan kontribusi dalam proses pendidikan dan pembimbingan selama penulis menempuh studi.
5. Teristimewa, Terima kasih banyak kepada kedua orang tua tercinta dan kakak tersayang yang senantiasa mengupayakan segala kebutuhan penulis selama proses perkuliahan dan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

6. Terima kasih juga untuk seluruh teman- teman kuliah saya yang sudah berjuang bersama dan selalu membantu saya, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.
7. Terima kasih banyak kepada diri saya sendiri, karena telah bertahan dan berjuang sejauh ini, lalu tidak pernah menyerah dan sudah berani keluar dari zona nyaman. Terima kasih karena sudah mau mencoba banyak hal baru dan beradaptasi dengan lingkungan serta orang-orang baru sehingga telah menambah banyak pengalaman dan relasi.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih memiliki berbagai kekurangan, baik dalam penyusunan maupun penyajian materi, yang disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan dan pengalaman penulis. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan dan penyempurnaan karya tulis ini di masa mendatang. Akhir kata, penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan manfaat, menambah wawasan, serta menjadi referensi bagi pembaca, khususnya di bidang kesehatan dan fisioterapi. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan keberkahan-Nya kepada kita semua.

Jakarta, 18 Mei 2026

Penulis

Gisca Aulya Syahrani

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN PENGGUNAAN KECERDASAN BUATAN.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR SKEMA	xiv
DAFTAR GRAFIK	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat Penulisan	3
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Definisi	5
2.2 Anatomi	7
2.3 Fisiologi	22
2.4 Epidemiologi.....	23
2.5 Etiologi	23
2.6 Patofisiologi.....	24
2.7 Manifestasi Klinis.....	24
2.8 Prognosis	25
2.9 Pemeriksaan Fisioterapi.....	26
2.10 Diagnosa (ICF)	46
2.11 Intervensi Fisioterapi	48
2.12 Rencana Evaluasi.....	53
2.13 Kerangka Pikir	54
BAB 3 METODE DAN PELAKSANAAN LAPORAN KASUS.....	55
3.1 Metode Pelaksanaan	55
3.2 Laporan kasus	56

BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	71
4.1 Hasil.....	71
4.2 Pembahasan	75
4.3 Keterbatasan studi kasus.....	79
 BAB 5 PENUTUP	 81
5.1 Kesimpulan.....	81
5.2 Saran	82
 DAFTAR PUSTAKA.....	 83
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Wolfe Classification of Trigger Finger</i>	7
Tabel 2. Peletakan Goniometer	33
Tabel 3. Nilai normal ROM	34
Tabel 4. <i>Manual Muscle Test</i>	37
Tabel 5. <i>Wrist And Hand Disability Index</i>	41
Tabel 6. PFGD Aktif	57
Tabel 7. PFGD Pasif.....	58
Tabel 8. PFGD Isometrik	58
Tabel 9. Antropometri Lingkar Jari.....	60
Tabel 10. AROM	60
Tabel 11. PROM.....	61
Tabel 12. MMT	61
Tabel 13. WHDI	62
Tabel 14. Evaluasi Nyeri (VAS).....	69
Tabel 15. Evaluasi Lingkup Gerak Sendi (AROM)	69
Tabel 16. Evaluasi Manual Muscle Testing (MMT)	69
Tabel 17. Evaluasi Pemeriksaan Fungsional (WHDI)	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Metacarpophalangeal joint	8
Gambar 2. Ligamen pada sendi MCP	9
Gambar 3. Proximal Interphalangeal Joint.....	10
Gambar 4. Ligamen pada sendi PIP	10
Gambar 5. Distal Interphalangeal Joint.....	11
Gambar 6. Ligamen pada sendi DIP ulnar view	11
Gambar 7. Ligamen pada sendi DIP volar view	11
Gambar 8. Otot-otot pada sendi MCP, PIP, dan DIP.....	15
Gambar 9. Tendon fleksor jari.....	17
Gambar 10. Tendon ekstensor jari.....	18
Gambar 11. Tendon pada ibu jari	20
Gambar 12. <i>The Pulley System Side View</i>	21
Gambar 13. <i>The Pulley System Anterior View</i>	22
Gambar 14. Goniometer.....	33
Gambar 15. <i>Visual Analogue Scale</i>	38
Gambar 16. <i>Ultrasound</i>	50
Gambar 17. <i>Tendon Glide Exercise</i>	51
Gambar 18. <i>Stretching Exercise</i>	52

DAFTAR SKEMA

Skema 1.	Kerangka Teori.....	54
----------	---------------------	----

DAFTAR GRAFIK

Grafik 2.	Evaluasi Nyeri	71
Grafik 3.	Evaluasi LGS MCP Joint.....	72
Grafik 4.	Evaluasi LGS PIP Joint.....	73
Grafik 5.	Evaluasi Kekuatan otot MCP Joint.....	74
Grafik 6.	Evaluasi Kekuatan Otot PIP Joint.....	74
Grafik 7.	Evaluasi Aktivitas Fungsional	75

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Informed Consent
- Lampiran 2. Wrist and Hand Disability Index
- Lampiran 3. Surat Pengantar dari Kampus untuk Pengambilan Data di RS
- Lampiran 4. Surat Keterangan Pengambilan Data Pasien
- Lampiran 5. Dokumentasi
- Lampiran 6. Kartu Monitoring
- Lampiran 7. Hasil Uji Turnitin