

PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI DENGAN MODALITAS TENS, *TENDON GLIDING EXERCISE*, DAN ULTT 1 PADA PASIEN *CARPAL TUNNEL SYNDROME* *DEXTRA*

Bintang Cahaya Kamila

Abstrak

Latar Belakang: *Carpal Tunnel Syndrome* (CTS) merupakan suatu kondisi ketika seseorang merasakan kondisi seperti nyeri, kebas dan kesemutan yang menjalar. Hal tersebut terjadi karena adanya penekanan saraf medianus di terowongan *carpal*. Saraf medianus memiliki peran penting dalam mengatur sensoris dan motorik pada tangan. Kondisi ini banyak terjadi pada wanita dibanding dengan pria, terutama pada seseorang pekerja yang banyak menggunakan lengannya dalam waktu yang lama. **Tujuan:** dari penulisan ini adalah untuk mengetahui pelaksanaan dan pemeriksaan fisioterapi, serta mengetahui problem dan evaluasi pada kasus CTS. **Metode:** Pendekatan yang dilakukan pada penelitian ini menggunakan metode studi kasus pada seorang wanita berusia 52 tahun yang bekerja sebagai admin rumah sakit dengan keluhan nyeri, kesemutan dan kebas pada area pergelangan tangan kanannya. Intervensi fisioterapi dilakukannya sebanyak 4 kali pertemuan dengan modalitas *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* (TENS), *Tendon gliding exercise*, dan *Upper Limb Tension Test* (ULTT) 1. **Hasil:** didapatkan hasil berupa penurunan rasa nyeri yang diukur dengan skala NRS dari nyeri diam, gerak maupun nyeri tekan, kemudian ditemukan adanya peningkatan lingkup gerak sendi (LGS) yang diukur menggunakan Goniometer, serta adanya peningkatan kekuatan otot berdasarkan nilai MMT, dan peningkatan fungsional dari pasien yang dinilai melalui kuisioner BCTQ. **Kesimpulan:** Intervensi fisioterapi yang telah dilakukan terbukti memberikan efek positif dalam mengurangi gejala CTS serta meningkatkan aktivitas fungsional pasien.

Kata Kunci: *Carpal Tunnel Syndrome*, Fisioterapi, TENS, *Tendon Gliding Exercise*, ULTT 1.

**PHYSIOTHERAPY MANAGEMENT USING
TRANSCUTANEOUS ELECTRICAL NERVE STIMULATION
(TENS), TENDON GLIDING EXERCISES, AND UPPER LIMB
TENSION TEST 1 (ULTT 1) IN A PATIENT WITH RIGHT
CARPAL TUNNEL SYNDROME**

Bintang Cahaya Kamila

Abstract

Background: Carpal Tunnel Syndrome (CTS) is a condition in which a person experience symptoms such as pain, numbness, and tingling that radiate. This occurs due to compression of the median nerve in the carpal tunnel. The median nerve plays an important role in regulating sensory and motor functions in the hand. This condition is more common in women than men, especially in individuals whose work involves prolonged use of their hands. **Objective:** The purpose of this study is to determine the implementation and examination of physiotherapy, as well as to identify and evaluate cases of CTS. **Methods:** This study used a case study approach on a 52 year old woman working as a hospital administrator who complained of pain, tingling and numbness in the right wrist area. Physiotherapy intervention was carried out in four session using modalities such as Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS), Tendon gliding exercise, and Upper Limb Tension Test (ULTT) 1. **Results:** The result showed a reduction in pain measured using the NRS scale for resting pain, movement pain, and pressure pain. There was also an increase in joint range of motion (ROM) measured using a goniometer, as well as an improvement in muscle strength based on MMT values, and enhanced patient functional ability assessed using the BCTQ questionnaire. **Conclusion:** The physiotherapy interventions carried out were proven to have a positive the patient's functional activities.

Keywords: Carpal Tunnel Syndrome, Physiotherapy, TENS, Tendon Gliding Exercise, ULTT 1.