

PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS TRIGGER FINGER DEXTRA

Vabiola Nurani Thafael

Abstrak

Latar Belakang : *Trigger Finger* adalah kondisi tenosinovitis stenosis yang ditandai dengan adanya nyeri, suara klik atau locking pada jari, serta inflamasi yang mengakibatkan pembengkakan dan benjolan pada selubung dari tendon. *Trigger Finger* memiliki angka kejadian tahunan sebesar 28 kasus untuk setiap 100.000 orang, dengan prevalensi antara 2% hingga 3% di seluruh dunia. Adapun prevalensi *Trigger Finger* di Indonesia adalah sejumlah 7,3%. Kondisi ini biasanya diakibatkan oleh faktor penuaan, penggunaan jari-jari secara berlebihan, gangguan metabolik seperti diabetes melitus, dan rheumatoid arthritis. Masalah yang muncul meliputi rasa nyeri, penurunan kekuatan otot, kekakuan, keterbatasan gerak, dan gangguan fungsi. Fisioterapi memiliki peranan penting dalam penanganan kondisi ini agar pasien dapat kembali beraktivitas tanpa adanya keluhan. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penatalaksanaan fisioterapi pada kasus *Trigger Finger*. **Metode penelitian :** Pengambilan data ini menggunakan metode studi kasus yang dilaksanakan di RSUD Tarakan pada bulan 23 Februari 2026 dengan subjek seorang pasien perempuan, Ny. T (63 tahun), yang mengalami nyeri saat menggerakkan jari-jari, serta menggenggam jari-jari. Pemeriksaan fisioterapi yang dilakukan meliputi, *Manual Muscle Testing* (MMT), pengukuran lingkup gerak sendi, *Visual Analogue Scale* (VAS), pemeriksaan fungsional dengan *Wrist and Hand Disability Index* (WHDI). **Hasil :** Hasil dari penelitian setelah enam kali terapi dengan menggunakan *Underwater Ultrasound*, *Hold Relax*, dan *Tendon Gliding Exercise* terdapat penurunan nyeri, peningkatan kekuatan otot, peningkatan lingkup gerak sendi dan penurunan skor WHDI. **Kesimpulan :** Setelah enam kali terapi, *Underwater Ultrasound* terbukti dapat membantu mengurangi nyeri. *Hold Relax* memberikan efek relaksasi otot dan meningkatkan *Range Of Motion*. Sedangkan *Tendon Gliding Exercise* membantu mengurangi kekakuan dan meningkatkan pergerakan tendon.

Kata Kunci : *Trigger Finger*, Fisioterapi, *Underwater Ultrasound*, Tendon *Gliding Exercise*, *Hold Relax*

PHYSIOTHERAPY MANAGEMENT IN CASES OF TRIGGER FINGER DEXTRA

Vabiola Nurani Thafael

Abstract

Background : Trigger finger is a condition characterized by stenosing tenosynovitis, marked by pain, a clicking sound, or locking of the finger, as well as inflammation that causes swelling and a lump in the tendon sheath. Trigger finger has an annual incidence rate of 28 cases per 100,000 people, with a prevalence of 2% to 3% worldwide. The prevalence of Trigger Finger in Indonesia is 7.3%. This condition is typically caused by aging, excessive use of the fingers, metabolic disorders such as diabetes mellitus, and rheumatoid arthritis. Symptoms include pain, decreased muscle strength, stiffness, limited range of motion, and impaired function. Physical therapy plays a crucial role in managing this condition to enable patients to resume their activities without symptoms. **Objective :** The purpose of this study is to determine the physiotherapy management of trigger finger cases. **Research Method :** Data collection utilized a case study method conducted at Tarakan Regional General Hospital in 23 February 2026, with the subject being a female patient, Mrs. T (63 years old), who experienced pain when moving her fingers and when clenching her fists. The physical therapy examinations performed included Manual Muscle Testing (MMT), measurement of range of motion, Visual Analogue Scale (VAS), and functional assessment using the Wrist and Hand Disability Index (WHDI). **Results :** The results of the study, following six sessions of therapy using Underwater Ultrasound, Hold Relax, and Tendon Gliding, showed a reduction in pain, increased muscle strength, improved range of motion, and a decrease in the WHDI score. **Conclusion:** After six therapy sessions, underwater ultrasound has been shown to help reduce pain. Hold Relax provides muscle relaxation and improves range of motion. Meanwhile, tendon gliding helps reduce stiffness and improve tendon mobility.

Keywords : Trigger Finger, Physical Therapy, Underwater Ultrasound, Tendon Gliding Exercise, Hold-Relax