



PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS
TRIGGER FINGER DEXTRA

KARYA TULIS ILMIAH

VABIOLA NURANI THAFael

2310702058

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

2026



**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS
*TRIGGER FINGER DEXTRA***

KARYA TULIS ILMIAH

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

VABIOLA NURANI THAFael

2310702058

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

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 : Vabiola Nurani Thafael

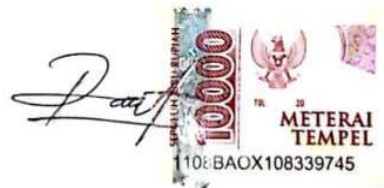
NIM : 2310702058

Tanggal : 20 Mei 2026

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

Jakarta, 20 Mei 2026

Yang Menyatakan,



1000
Rp
METERAI
TEMPEL
1108 BAOX108339745

(Vabiola Nurani Thafael)

PERNYATAAN PENGUNAAAAN KECERDASAN BUATAN

Saya menyatakan bahwa dalam atau Saya menyatakan bahwa dalam penyusunan Tugas Akhir ini, saya menggunakan teknologi Kecerdasan Buatan (AI) dengan *platform* “ChatGPT” untuk tujuan mencari jurnal dan perbaikan tata bahasa dan saya bertanggung jawab penuh atas keakuratan, orisinalitas, dan integritas seluruh isi Tugas Akhir ini.

Nama : Vabiola Nurani Thafael
NIM : 2310702058

Tanda tangan

Tanggal : 20 Mei 2026



(Vabiola Nurani Thafael)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMI

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

Nama : Vabiola Nurani Thafael

NRP : 2310702058

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 : **“Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus *Trigger Finger Dextra*”**.

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 : 20 Mei 2026

Yang menyatakan,



(Vabiola Nurani Thafael)

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah diajukan oleh :

Nama : Vabiola Nurani Thafael

NIM : 2310702058

Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Judul : Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus *Trigger Finger Dextra*

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, 20 Mei 2026

Ketua Penguji

Purnamadyawati, SST.FT, SKM, S.Pd, M. Fis
NIP. 196502262025212002

Anggota Penguji I

Kiki Rezki Faradillah, S.Ft., Physio, M.Biomed
NIP. 199306212022032012

Anggota Penguji II

Andy Sirada, S.S.T. M. Fis
NIP. 198807142022031003

Mengetahui,

Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta



Dr. Sri Yanti, SST, FT, Ftr, M.Si
NIP. 197406102021212005

Koordinator Program Studi Fisioterapi
Program Diploma Tiga

Mona Oktarina, S.Ft., Ftr, M.Biomed., CIMI
NIP. 199310202022032016

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

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur diucapkan kepada Allah SWT karena atas berkah dan rahmatNya sehingga penulis dapat menyusun Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kasus Trigger Finger Dextra”. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan motivasi dalam proses penulisan karya tulis ilmiah ini.

Adapun Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Fisioterapi. Penulis menyadari bahwa proses ini tidak mungkin terlaksanan dengan baik tanpa adanya dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Mona Oktarina, S.Ft., Ftr, M.Biomed. CIMI selaku Kepala Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga UPN “Veteran” Jakarta serta Dosen Pembimbing Akademik yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, serta arahan kepada penulis selama menjalani proses perkuliahan.
2. Ibu Fidyatul Nazhirah, S.Ft., Ftr, M.Fis, selaku dosen pembimbing akademik. Terima kasih atas bimbingannya selama 6 semester ini.
3. Bapak Andy Sirada, SST.FT, M.Fis yang telah memberikan waktu, ilmu, dan tenaganya untuk membimbing dengan penuh kesabaran.
4. Ibu Purnamadyawati, SST.FT., S.Pd., M. Fis., Ftr, selaku dosen ketua penguji 1. Terima kasih atas kritik dan juga sara yang bermanfaat pada penulisan Karya Tulis Ilmiah saya.
5. Ibu Kiki Rezki Faradillah, S.Ft., Physio, M.Biomed, selaku dosen penguji 2. Terima kasih atas masukan dan arahan yang bermanfaat bagi penulisan Karya Tulis Ilmiah saya.
6. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada seluruh dosen dan staf di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, yang telah memberikan kontribusi dalam penyelenggaraan pendidikan dan pembimbingan. ketersediaan mereka telah membentuk pengetahuan dan keterampilan penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

7. Tidak lupa, penulis juga sangat berterima kasih kepada orang tua tersayang dan selalu memberikan support, motivasi, serta menjadi penyemangat dalam setiap langkah perjalanan penulisan karya tulis ilmiah ini.
8. Seluruh teman SMA, teman rumah, serta teman seperjuangan Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga angkatan 2023 yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu. Penulis mengucapkan banyak terima kasih atas support, kebersamaan, kehadiran dan bantuan nya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah
9. Penulis juga mengucapkan kepada diri sendiri, Vabiola Nurani Thafael. Dalam proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis menyadari bahwa banyak tantangan dan kesulitan yang dihadapi. Namun, berkat usaha, doa, serta dukungan dari berbagai pihak, penulis dapat menyelesaikan karya tulis ini dengan sebaik mungkin. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada diri sendiri karena telah mampu bertahan, berjuang, dan tetap berusaha menyelesaikan seluruh proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini hingga akhir. Terima kasih karena sudah mau berjuang melawan rasa malas, lelah, takut, dan overthinking selama proses penyusunan berlangsung. Penulis menyadari bahwa penyusunan Karya Tulis Ilmiah masih banyak kekurangan, baik dalam materi, ataupun keterbatasan pengetahuan. Penulis berharap agar Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan masyarakat luas. Kritik dan saran yang membangun selalu penulis harapkan demi perbaikan dan pengembangan lebih lanjut.

Jakarta, 11 Mei 2026

Penulis



(Vabiola Nurani Thafael)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
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	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
 BAB 1 PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat	3
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	 5
2.1 Definisi Trigger Finger	5
2.2 Anatomi Dan Fisiologi.....	5
2.4 Etiologi.....	28
2.5 Patofisiologi	29
2.6 Diagnosa Banding.....	30
2.7 Manifestasi Klinis	32
2.8 Klasifikasi	33
2.9 Pemeriksaan Fisioterapi	34
2.10 Pemeriksaan Fungsional	52
2.11 Diagnosa Fisioterapi	59
2.12 Intervensi.....	59
 BAB 3 METODE PELAKSANAAN DAN LAPORAN KASUS.....	 68
3.1 Metode Pelaksanaan.....	68
3.2 Laporan Kasus	69
 BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 86
4.1 Hasil Pelaksanaan Fisioterapi	86
4.2 Pembahasan.....	90
4.3 Keterbatasan.....	92
 BAB 5 PENUTUP	 93
5.1 Kesimpulan	93

5.2	Saran	94
DAFTAR PUSTAKA		95
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Klasifikasi Trigger Finger	33
Tabel 2	Klasifikasi Frekuensi Pernapasan.....	39
Tabel 3	Pengukuran Range Of Motion.....	50
Tabel 4	Intensitas Nyeri	52
Tabel 5	Rasa tebal-tebal dan kesemutan	53
Tabel 6	Perawatan Diri.....	53
Tabel 7	Kekuatan.....	54
Tabel 8	Toleransi menulis dan mengetik.....	55
Tabel 9	Bekerja	55
Tabel 10	Menyetir	56
Tabel 11	Tidur	57
Tabel 12	Pekerjaan Rumah.....	57
Tabel 13	Rekreasi/olahraga	58
Tabel 14	Kriteria hasil pemeriksaan.....	58
Tabel 15	Dosis Ultrasound	61
Tabel 16	Pemeriksaan Fungsi Gerak Dasar Aktif	72
Tabel 17	Pemeriksaan Fungsi Gerak Dasar Pasif	72
Tabel 18	Pemeriksaan Fungsi Gerak Dasar Isometrik	73
Tabel 19	Pemeriksaan Lingkup Gerak Sendi Aktif Goniometer.....	74
Tabel 20	Pemeriksaan Lingkup Gerak Sendi Pasif Goniometer.....	75
Tabel 21	Pemeriksaan MMT	76
Tabel 22	Pemeriksaan VAS	76
Tabel 23	Pemeriksaan Sensibilitas	77
Tabel 24	Pemeriksaan Fungsional.....	78
Tabel 25	Intervensi Fisioterapi.....	80
Tabel 26	Home Program	82
Tabel 27	Pemeriksaan Kekuatan Otot (MMT).....	82
Tabel 28	Pemeriksaan Visual Analog Scale (VAS).....	83
Tabel 29	Pemeriksaan Lingkup Gerak Sendi Aktif Goniometer.....	84
Tabel 30	Pemeriksaan Lingkup Gerak Sendi Pasif Goniometer.....	84
Tabel 31	Pemeriksaan Fungsional (WHDI)	85

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Anatomi Tulang Tangan	7
Gambar 2	Sendi MCP	8
Gambar 3	Sendi Proximal Interphalangeal	9
Gambar 4	Sendi Interphalangeal	10
Gambar 5	M. Thenar	11
Gambar 6	M. Hypothenar	12
Gambar 7	M. Lumbrical, Dorsal, Palmar Interossei	16
Gambar 8	Tendon Flexor	18
Gambar 9	Tendon Ekstensor	19
Gambar 10	Tendon Ekstensor	21
Gambar 11	Sistem Pulley	25
Gambar 12	Saraf	43
Gambar 13	Pemeriksaan Tinel Sign	31
Gambar 14	Pemeriksaan Phalen's Test	31
Gambar 15	Pemeriksaan Tabletop test (Hueston)	32
Gambar 16	Interpretasi Tekanan Darah	36
Gambar 17	Interpretasi Denyut Nadi	38
Gambar 18	Pemeriksaan Saturasi Oksigen	41
Gambar 19	Interpretasi Suhu	44
Gambar 20	Interpretasi MMT	49
Gambar 21	Modalitas Ultrasound	62
Gambar 22	Hold Relax Exercise	63
Gambar 23	Tendon Gliding Exercise	65
Gambar 24	Pemeriksaan Range Of Motion (ROM)	75
Gambar 25	Pemeriksaan Visual Analogue Scale (VAS)	77

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1 Evaluasi Nyeri	87
Grafik 2 Evaluasi ROM	88
Grafik 3 Nilai Kekuatan Otot.....	89
Grafik 4 Aktivitas Fungsional	90

DAFTAR SKEMA

Skema 1 Kerangka Pikir.....	67
-----------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Informed Consent
Lampiran 2	Pemeriksaan WHDI
Lampiran 3	Dokumentasi
Lampiran 4	Surat Pernyataan Plagiarisme
Lampiran 5	Kartu Monitoring
Lampiran 6	Hasil Uji Turnitin
Lampiran 7	Form Home Program