



**PEMBERIAN *KINESIOTAPPING* DAN *TENDON-GLIDING*  
*EXERCISE* UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PASIEN  
*CARPAL TUNEL SINDROME***

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GIGIH ICHTIAR**

**1510702004**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI D-III FISIOTERAPI**

**2019**



**PEMBERIAN *KINESIOTAPPING* DAN *TENDON-GLIDING*  
*EXERCISE* UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PASIEN  
*CARPAL TUNEL SINDROME***

**KARYA TULIS ILMIAH**

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

**GIGIH ICHTIAR**

**1510702004**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI D-III FISIOTERAPI**

**2019**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Gigih Ichtiar  
NRP : 1510702004  
Tanggal : 24 Juni 2019

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

Jakarta, 24 Juni 2019

Yang menvatakan,

  
METERAI  
TEMPIL  
006D107133782073  
6000  
ENAM RIBU RUPIAH

(Gigih Ichtiar)

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

---

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

Nama : Gigih Ichtiar  
NRP : 1510702004  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : D-III Fisioterapi

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 :

Pemberian *Kinesiotapping* Dan *Tendon-Gliding Exercise* Untuk  
Mengurangi Nyeri Pada Pasien *Carpal Tunnel Syndrome*

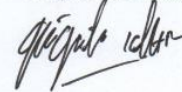
Beserta perangkat yang ada ( jika diperlukan ). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Tugas Akhir saya selama tetap mencantumkan nama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

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal :

Yang Menyatakan,




(Gigih Ichtiar)

## PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah diajukan oleh:

Nama : Gigih Ichtiar  
NRP : 1510702004  
Program Study : D-III Fisioterapi  
Judul Karya Tulis Ilmiah : Pemberian Kinesiotaping dan Tendon-Gliding Exercise untuk mengurangi nyeri pada pasien Carpal Tunnel Syndrome

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan pada Program Studi D-III Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Agusriyawan, SST.FT, M.Fis, Ftr

Ketua Penguji



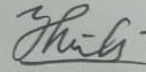
Eko Wibowo, S.Ft, M.Fis

Penguji I



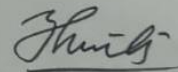
Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Heri Wibisono, AMd.FT, S.Pd, M.Si

Penguji II (Pembimbing)



Heri Wibisono, AMd.FT, S.Pd, M.Si

Ka Prodi D-III Fisioterapi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 24 Juni 2019

# PEMBERIAN KINESIOTAPPING DAN TENDON-GLIDING EXERCISE UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PASIEN CARPAL TUNEL SINDROME

Gigih Ichtiar

## Abstrak

*Carpal Tunnel Syndrome* (CTS) merupakan sindrome yang timbul akibat nervus medianus tertekan di dalam *Carpal Tunnel* (terowongan karpal) di pergelangan tangan, sewaktu nervus melewati terowongan tersebut dari lengan bawah ke tangan. Tujuan dari penulisan ini adalah untuk mengkaji hasil Pemberian *Kinesiotapping* Dan *Tendon-Gliding Exercise* Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien *Carpal Tunnel Syndrome*. Pengambilan data ini menggunakan metode pre dan post case study, di ambil di Klinik UPNVJ Ilmu Kesehatan, Limo. Pasien berusia sekitar 18-50 tahun dan merasakan nyeri lebih dari 3 bulan. Parameter yang digunakan untuk pengukuran nyeri yaitu *VAS*(*Visual Analog Scale*). Intervensi yang diberikan sebanyak 6 kali perlakuan. Berdasarkan hasil evaluasi bahwa terjadi penurunan disabilitas dari pertemuan pertama sebesar 40% dan pada saat pertemuan terakhir sebesar 34% dari 6 kali pertemuan telah didapatkan hasil penurunan nyeri sebanyak 6% menggunakan pengukuran *VAS*. Disimpulkan bahwa Pemberian *Kinesiotapping* Dan *Tendon-Gliding Exercise* Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien *Carpal Tunnel Syndrome*.

**Kata Kunci** : Tendon-Gliding Exercise, Carpal Tunnel Syndrome, Vas, Kinesiotapping.

# **GIVING KINESIOTAPPING AND TENDON-GLIDING EXERCISE TO REDUCE PAIN IN SINDROME CARPAL TUNEL PATIENTS**

**Gigih Ichtiar**

## **Abstrak**

*Carpal Tunnel Syndrome (CTS)* is a syndrome arising from the median nerve depressed within the Carpal Tunnel (carpal tunnel) on the wrist, when the nerve passes through the tunnel from the forearm to the hand. The purpose of this paper is to examine the results of the administration of *Kinesiotapping* and *tendon-gliding exercise* to reduce pain in *Carpal Tunel Syndrome* patients. This data collection uses the pre and post case study method, taken at the UPNVJ Health Sciences Clinic, Limo. Patients are around 18-50 years old and feel pain for more than 3 months. The parameter used to measure pain is the VAS(*Visual Analog Scale*). The intervention given was 6 times the treatment. Based on the results of the evaluation that there was a decrease in disability from the first meeting by 40% and at the time of the last meeting of 34% from the 6 meetings, there was a 6% reduction in pain using VAS measurements. It was concluded that Giving *Kinesiotapping* and *Tendon-Gliding Exercise* To Reduce Pain in *Carpal Tunel Syndrome* Patients.

**Keywords :** Tendon-Gliding Exercise, Carpal Tunel Syndrome, Vas

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan segala Karunia-Nya sehingga Karya Tulis Ilmiah Akhir ini berhasil di selesaikan. Judul yang dipilih dalam proposal Karya Tulis Ilmiah ini yang dilaksanakan sejak februari 2019 ini adalah Pemberian *Kinesiotapping* Dan *Tendon-Gliding Exercise* Untuk Mengurangi Nyeri Pada Pasien *Carpal Tunel Syndrome*. Terimakasih kepada Bapak Heri Wibisono M.si selaku Kepala Program Studi D-III Fisioterapi, dan Bapak Heri Wibisono M.si selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran yang bermanfaat.

Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada achmad sanusi dan sugiarti serta seluruh keluarga yang tidak henti hentinya memberikan penulis semangat dan doa. Penulis juga sampaikan terima kasih kepada teman-teman yang telah membantu dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.

Jakarta, 23 April 2019

Penulis

Gigih Ichtiar



## 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 DIAGRAM.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Identifikasi Masalah.....	3
I.3 Rumusan Masalah.....	3
I.4 Tujuan Penulisan .....	4
I.5 Manfaat Penulisan.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
II.1 Carpal Tunel Syndrome .....	5
II.2 Etiologi .....	5
II.3 Patofisiologi.....	6
II.4 Tanda Dan Gejala .....	6
II.5 Problem Carpal Tunel Syndrome .....	7
II.6 Faktor Resiko.....	7
II.7 Devinisi Nyeri .....	8
II.8 Tendon-Gliding Exercise.....	9
II.9 Kinesiotaping.....	10
II.10 Kerangka Konsep .....	13
BAB III METODE PENGAMBILAN DATA DAN INTERVENSI .....	14
III.1 Desin Studi .....	14
III.2 Waktu Dan Pengambilan Data .....	14
III.3 Populasi .....	15
III.4 Sampel.....	15
III.5 Kriteria Inklusi Dan Eksklusi.....	15
III.6 Definisi Operasional.....	15
III.7 Metode Pengambilan Data .....	18
III.8 Daftar Masalah Fisioterapi.....	23
III.9 Diagnosa Fisioterapi.....	24
III.10 Rencana Fisioterapi.....	24
III.11 Tujuan Fisioterapi .....	24

III.12 Rencana Edukasi .....	25
III.13 Rencana Evaluasi .....	25
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	26
IV.1 Identitas .....	26
IV.2 Anamnesis (Autoanamnesa, 18 April 2019/10.00 WIB).....	26
IV.3 Pemeriksaan Umum .....	26
IV.4 Problematik.....	29
IV.5 Diagnosa Fisioterapi .....	29
IV.6 Tindakan Fisioterapi .....	29
IV.7 Home Program .....	30
IV.8 Evaluasi.....	31
BAB V PEMBAHASAN .....	34
V.1 Karakteristik Pasien Studi Kasus .....	34
V.2 Carpal Tunel Syndrome .....	34
V.3 Pemberian Kinesio Taping Dan Tendon-Gliding Exercise Untuk Mengurangi Nyeri Pada Penderita Carpal Tunel Syndrome .....	35
V.4 Keterbatasan Studi Kasus.....	38
BAB VI PENUTUP .....	40
DAFTAR PUSTAKA .....	41
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Variabel Independent .....	16
Tabel 2	Manual Muscle Testing .....	22
Tabel 3	Hasil Pemeriksaan Lingkup Gerak Sendi Aktif .....	27
Tabel 4	Hasil Pemeriksaan Lingkup Gerak Sendi Pasif .....	27
Tabel 5	Hasil Pemeriksaan Kekuatan Otot Wrist .....	28

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Tendon-Gliding Exercise .....	10
Gambar 2	Pemasangan Kinesiotaping .....	12
Gambar 3	VAS .....	20

## DAFTAR GRAFIK

Grafik 1	Hasil evaluasi nyeri tekan, nyeri gerak fleksi, nyeri gerak ekstensi, nyeri fungsional saat bejalan, nyeri saat duduk lama .....31
Grafik 2	Hasil evaluasi LGS Fleksi wrist, Ekstensi wrist, Radial wrist joint dan Ulnar wrist .....32
Grafik 3	Selisih Kekuatan Otot Fleksor dan Ekstensor Wrist .....33
Grafik 4	Hasil evaluasi nyeri tekan, nyeri gerak fleksi, nyeri gerak ekstensi, nyeri fungsional saat bejalan, nyeri saat duduk lama .....36
Grafik 5	Hasil evaluasi LGS Fleksi wrist, Ekstensi wrist, Radial wrist joint dan Ulnar wrist .....37
Grafik 6	Selisih Kekuatan Otot Fleksor dan Ekstensor Wrist .....37

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 2 Surat Permohonan Ijin Pengambilan Data
- Lampiran 3 Inform Concept
- Lampiran 4 Dokumentasi
- Lampiran 5 Surat Pernyataan Plagiarism
- Lampiran 6 Hasil Turnitin