

## **BAB IV**

### **PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI**

#### **A. Pengkajian Fisioterapi**

Tanggal : 15 Januari 2022

##### 1. Pemeriksaan Subyektif (Auto/~~Hetero~~)

###### a. Keluhan Utama

Pasien mengeluhkan nyeri pegal dan kaku pada leher kanan dan kiri

###### b. Lokasi Keluhan (Menunjukkan tempat/Lokasi keluhan)

Leher kanan dan kiri

###### c. Riwayat Penyakit Sekarang

Sekitar 3 bulan yang lalu, pasien mengeluhkan nyeri pegal dan kaku pada leher, dikarenakan aktivitas sehari-hari pasien yang cenderung membungkuk karena pekerjaan pasien adalah mempunyai toko plastik dan kardus dan catering, dan pasien sering melipat-lipat kardus sendiri dan dalam jangka waktu yang lama dan terus menerus. Lalu pasien mulai merasakan nyeri pegal dan kaku pada lehernya. Pasien pernah membawa ke tukang urut, namun nyeri malah bertambah akhirnya pasien memeriksakannya ke dokter saraf, dari dokter saraf dirujuk ke Dokter Rehabilitasi Medik untuk dilakukannya program fisioterapi.

###### d. Riwayat Penyakit Dahulu

Pasien dulu pernah mempunyai penyakit liver namun sekarang sudah sembuh

e. Riwayat Penyakit Penyerta

- Magh (+)
- Vertigo (+)

f. Riwayat Pribadi dan Status Sosial

Pasien merupakan seorang ibu rumah tangga yang bekerja sebagai wirausaha mempunyai toko plastik. Dan pasien juga sebagai online shop dan membuka catering hanya khusus hari jumat. Di waktu senggang pasien sering membantu suami berjualan bakso

g. Riwayat Keluarga

Keluarga pasien tidak ada yang mempunyai riwayat penyakit yang sama

h. Anamnesis Sistem

1) Kepala dan Leher

Pasien mengeluhkan rasa sakit di kepala (pusing) serta nyeri dan kaku pada leher

2) Kardiovaskuler

Pasien tidak mengeluhkan gangguan pada jantung

3) Respirasi

Pasien kadang mengeluhkan sesak nafas jika magh nya kumat

4) Gastrointestinalis

BAB terkontrol

## 5) Urogenitalis

BAK terkontrol

## 6) Muskuloskeletal

Pasien mengeluhkan yeri pada leher kanan dan kirinya, terdapat spasme pada M.Upper Trapezius bilateral, mengalami penurunan kekuatan otot serta penurunan lingkup gerak sendi

## 7) Nervorum

Pasien kadang mengeluhkan kesemutan pada jari-jari nya

## 2. Pemeriksaan Obyektif

## a. Pemeriksaan Tanda Vital

- 1) Tekanan Darah : 110/90 mmHg
- 2) Denyut Nadi : 90x/menit
- 3) Pernafasan :25x/menit
- 4) Temperatur : 35,6 C
- 5) Tinggi Badan : 162cm
- 6) Berat Badan : 65kg

## b. Inspeksi

## 1) Statis

- a) Pada saat berjalan raut wajah pasien tidak tampak menahan nyeri
- b) Postur bahu tampak normal dan simetris dilihat dari anterior dan posterior

c) Pasien tidak menggunakan alat bantu leher

2) Dinamis

a) Pasien merasakan kesakitan apabila menengok kekiri/kanan

b) Pasien merasakan kesakitan apabila menghadap keatas dan ke bawah

c) Pasien merasakan kesakitan saat bagian upper trapeziusnya ditekan

d) Pasien merasakan kesakitan apabila membungkuk terlalu lama

e) Pasien merasakan kesakitan pada leher apabila membawa beban-beban berat

c. Palpasi

(Spasme, nyeri tekan dimana.tonus otot, oedema, suhu, dll)

1) Terdapat nyeri tekan pada leher

2) Terdapat spasme pada m. Upper trapezius bilateral

3) Tidak terdapat oedema

4) Tidak ada perbedaan suhu

d. Perkusi

Tidak dilakukan

e. Auskultasi

Tidak dilakukan

## f. Gerak Dasar

## 1) Gerak Aktif

**Tabel 2 8 Pemeriksaan Gerak Aktif**

<b>Gerakan</b>	<b>Nyeri</b>	<b>LGS</b>	<b>Koordinasi Gerakan</b>
Fleksi neck	-	Full ROM	Baik
Ekstensi neck	-	Full ROM	Baik
Lateral fleksi dekstra neck	+	Tidak Full ROM	Kurang Baik
Lateral fleksi sinistra neck	+	Tidak Full ROM	Kurang Baik
Rotasi dekstra neck	+	Tidak Full ROM	Kurang Baik
Rotasi sinistra neck	+	Tidak Full ROM	Kurang Baik

## 2) Gerak Pasif

**Tabel 2 9 Pemeriksaan Gerak Pasif**

<b>Gerakan</b>	<b>LGS</b>	<b>Endfeel</b>
Fleksi neck	Full ROM	Elastic
Ekstensi neck	Full ROM	Hard
Lateral fleksi dekstra neck	Tidak Full ROM	Elastic
Lateral fleksi sinistra neck	Tidak Full ROM	Elastic
Rotasi dekstra neck	Tidak Full ROM	Elastic
Rotasi sinistra neck	Tidak Full ROM	Elastic

## 3) Gerak Isometrik

**Tabel 2 10 Pemeriksaan Gerak Isometrik Melawan Tahanan**

<b>Gerakan</b>	<b>Nyeri</b>	<b>Tahanan</b>
Fleksi neck	-	Maksimal
Ekstensi neck	-	Maksimal
Lateral fleksi dekstra nek	+	Minimal
Lateral fleksi sinistra neck	+	Minimal
Rotasi dekstra neck	+	Minimal
Rotasi sinistra neck	+	Minimal

## g. Tes Kognitif, Intrapersonal dan Interpersonal

## 1) Tes Kognitif

Kognitif pasien baik, pasien mampu mengingat dan menceritakan kembali riwayat yang dikeluarkannya secara detail

## 2) Intrapersonal

Intrapersonal pasien baik, pasien memiliki semangat yang tinggi untuk sembuh

## 3) Interpersonal

Interpersonal pasien baik, pasien dapat berkomunikasi dengan baik pada terapis dan orang sekitar

## h. Kemampuan Fungsional dan Lingkungan Aktivitas

## 1) Kemampuan Fungsional Dasar

Pasien memiliki keterbatasan saat menggerakkan lehernya ke arah atas, bawah, kanan dan kiri

## 2) Aktivitas Fungsional

Pasien memiliki keterbatasan aktivitas fungsional seperti menengok pada waktu gerakan salam pada sholat, pasien juga merasakan sakit ketika berpindah posisi dari membungkuk ke tegak, serta pasien merasakan nyeri pada saat membawa dan mengangkat beban berat

## 3) Lingkungan Aktivitas

Lingkungan aktivitas pasien tidak mendukung untuk kesembuhan pasien

## i. Pemeriksaan Nyeri

Menggunakan Skala *Visual Analogue Scale* (VAS)

**Tabel 2 11 Pemeriksaan Nyeri**

<b>Pemeriksaan Nyeri</b>	<b>Nilai</b>	<b>Keterangan</b>
Nyeri diam	1	Nyeri Ringan
Nyeri tekan	7	Nyeri Berat
Nyeri gerak	7	Nyeri Berat

## j. Pemeriksaan Kekuatan Otot (MMT)

Menggunakan Skala Manual Muscle Testing

**Tabel 2 12 Pemeriksaan MMT**

<b>Grup Otot</b>	<b>Nilai</b>
M. Fleksor Neck	4
M. Ekstensor Neck	4
M. Latero Dekstra Neck	3
M. Latero Sinistra Neck	3
M. Rotator Dekstra Neck	3
M. Rotator Sinistra Neck	3

## k. Pemeriksaan ROM

Menggunakan Goniometer

**Tabel 2 13 Pemeriksaan ROM**

<b>Gerak Aktif Neck</b>	<b>Gerak Pasif Neck</b>
S = 45° 0° 40°	S = 50° 0° 45°
T = 30° 0° 35°	T = 40° 0° 40°
R = 40° 0° 50°	R = 45° 0° 55°

Nilai normal ROM Neck :

S (Sagital) : 55° 0° 45°

T (Transversal) : 40° 0° 40°

R (Rotasi) : 90° 0° 90°

## l. Pemeriksaan Antropometri

Tidak dilakukan

## m. Tes dan Pengukuran Perawatan Diri Penatalaksanaan Rumah Tangga

## n. Pemeriksaan Spesifik Test

- 1) Pincer Palpation (-) Tidak terdapat respon kedutan lokal pada otot upper trapezius
- 2) Flat Palpation (+) Terdapat taut band dan adanya nyeri lokal pada otot upper trapezius
- 3) Deep Palpation (+) Terdapat trigger point pada otot upper trapezius
- 4) Snapping Palpation (-) Tidak terdapat kedutan pada titik pemicu otot.

## **B. Diagnosa Fisioterapi**

### 1. Impairment

- a. Terdapat nyeri
- b. Terdapat spasme otot *M. Upper Trapezius bilateral*
- c. Terdapat penurunan LGS pada neck
- d. Terdapat penurunan kekuatan otot pada fleksor, ekstensor, latero fleksi dan rotator neck
- e. Terdapat penurunan aktivitas fungsional pada neck

### 2. Disability

Pasien tidak mengalami gangguan saat bersosialisasi dengan masyarakat sekitar

### 3. Functional Limitation

- a. Pasien mampu melakukan perawatan diri dengan lambat dan hati-hati
- b. Pasien mampu mengangkat beban dengan disertai rasa nyeri dan kaku
- c. Pasien dapat melakukan pekerjaannya namun ada keterbatasan
- d. Pasien kadang merasakan pusing kepala

## **C. Tujuan Fisioterapi**

### 1. Tujuan Jangka Pendek

- a. Mengurangi nyeri pada leher
- b. Mengurangi spasme pada m.upper trapezius bilateral
- c. Meningkatkan LGS pada neck

- d. Meningkatkan kekuatan otot pada otot fleksor,ekstensor, latero fleksi dan rotator
2. Tujuan Jangka Panjang
    - a. Meningkatkan aktivitas fungsional secara maksimal
    - b. Melanjutkan tujuan jangka pendek agar lebih maksimal

#### **D. Edukasi dan Home Program**

##### 1. Edukasi

- a. Pasien dianjurkan untuk tidak melakukan aktivitas yang berlebih
- b. Pasien tidak dianjurkan untuk membawa/mengangkat beban yang terlalu berat
- c. Pasien dianjurkan untuk merubah kebiasaan membungkuk nya dengan cara duduk tegak

##### 2. Home Program

Pasien dianjurkan untuk mengompres air hangat pada dan melakukan latihan contract relax stretching atau latihan yang sudah diberikan oleh terapis secara mandiri atau diantu dengan keluarganya. Dilakukan sebanyak 8 kali hitungan persesi dan diulangi sebanyak 3 kali.

#### **E. Penatalaksanaan Terapi**

##### **Terapi I tanggal : 15 Januari 2022**

##### 1. Infra Red (IR)

- a. Persiapan Alat

- 1) Siapkan alat IR
- 2) Cek alat yang akan digunakan dengan memastikan kabel telah terpasang dengan aman dan benar
- 3) Hubungkan alat dengan stopkontak

b. Persiapan Pasien

- 1) Posisikan pasien dengan posisi senyaman mungkin. Pada posisi ini pasien dengan posisi tidur tengkurap
- 2) Bebaskan area yang akan di terapi dari pakaian atau sesuatu yang menghalangi proses terapi
- 3) Edukasi kepada pasien mengenai efek, tujuan terapi, dan melaporkan kepada terapis jika selama terapi terdapat keluhan seperti terlalu panas, pusing dan lain sebagainya.

c. Pelaksanaan Terapi

- 1) Ukur jarak IR dengan area yang akan di terapi yaitu 35-40cm
- 2) Atur waktu selama 15menit
- 3) Nyalakan IR, dan pastikan IR sudah tegak lurus dengan area yang akan diterapi
- 4) Monitoring pasien apakah pasien merasa kepanasan/tidak
- 5) Setelah selesai matikan IR, dan kembalikan ke tempat semula
- 6) Lakukan evaluasi terhadap pasien



**Gambar 2. 15 Infra Red**  
(RSUD Dr. Soeselo Slawi)

## 2. Ultrasound (US)

### a. Persiapan Alat

- 1) Siapkan alat US beserta trandusernya, gel sebagai media penghantar dan pastikan tidak ada kerusakan pada kabel
- 2) Siapkan handuk kering sebagai pembersih
- 3) Atur jarak alat dengan tempat terapi pasien, usahakan agar alat tidak terjangkau dari pasien serta tidak mengganggu gerak terapis

### b. Persiapan Pasien

- 1) Posisikan pasien dengan posisi nyaman mungkin. Pada posisi ini pasien dengan posisi tidur tengkurap
- 2) Bebaskan area yang akan diterapi dari pakaian atau sesuatu yang menghalangi proses terapi

- 3) Edukasi kepada pasien mengenai efek, tujuan terapi, dan melaporkan kepada terapis jika selama terapi terdapat keluhan seperti terlalu panas, pusing dan lain sebagainya

c. Pelaksanaan Terapi

- 1) Bersihkan terlebih dahulu area yang akan diterapi
- 2) Atur dosis terapi :  
Intensitas : 0,8 W/cm<sup>2</sup>  
Durasi : 10 menit  
Frekuensi : 1 MHz  
Arus : pulse duty factor 50%
- 3) Berikan gel sebagai media penghantar pada area terapi yaitu otot upper trapezius dan ratakan gel dengan transduser
- 4) Naikan intensitas sesuai toleransi pasien
- 5) Gerakkan transduser dengan arah longitudinal yaitu sejajar dengan serabut otot pada otot upper trapezius
- 6) Selama proses terapi tetap lakukan monitoring pada pasien
- 7) Jika waktu sudah habis maka US akan berbunyi, matikan alat ultrasound dan kembalikan ke tempat semula
- 8) Bersihkan area yang diterapi dengan handuk kering



**Gambar 2. 16 Ultrasound**

(RSUD Dr.Soeselo Slawi)

### 3. Myofascial Release

#### a. Persiapan Alat

Persiapkan minyak sebagai media terapi

#### b. Persiapan Pasien

- 1) Posisikan pasien dengan posisi senyaman mungkin. Pada posisi ini pasien dengan posisi tidur tengkurap
- 2) Bebaskan area yang akan diterapi dari sesuatu yang menghalangi proses terapi

#### c. Persiapan terapis

- 1) Cuci tangan terlebih dahulu, pastikan tangan terapis sudah bersih dan terbebas dari hal-hal yang mengganggu proses terapi seperti acecoris cincin, gelang ataupun jam tangan

#### d. Pelaksanaan Terapi

- 1) Teknik effluarge

Dilakukan dengan cara telapak tangan memberikan tekanan lembut ke atas permukaan tubuh dengan sirkuler secara berulang.

2) Teknik petrissage

Dilakukan dengan cara menggunakan satu tangan bahkan keduanya seperti meremas adonan dengan tekanan yang dalam dan menempatkan pada otot yang mendasarinya

3) Teknik skin rolling

Dilakukan dengan menggunakan ibu jari dan jari telunjuk untuk melipat kulit dengan irama yang teratur.

4. Terapi Latihan (Contract Relax Stretching)

a. Persiapan Alat

Siapkan kursi sebagai tempat duduk pasien

b. Persiapan Pasien

Posisikan pasien dengan posisi nyaman mungkin. Pada posisi ini pasien dengan posisi duduk di kursi dan terapis berada dibelakang pasien

c. Pelaksanaan Terapi

1) Posisikan terapis berada dibelakang pasien dengan memfiksasi pada bagian samping kepala

2) Instruksikan pasien untuk melawan dorongan tangan terapis selama 7 detik diikuti dengan inspirasi dan ekspirasi

maksimal kemudian terapis melakukan stretching selama 9 detik.

**Terapi II tanggal : 19 Januari 2022**

Pelaksanaan fisioterapi sama dengan T1

**Terapi III tanggal : 22 Januari 2022**

Pelaksanaan fisioterapi sama dengan T1

**Terapi IV tanggal : 25 Januari 2022**

Pelaksanaan fisioterapi sama dengan T1

**F. Evaluasi**

Dari hasil terapi 1 samapi terapi 4 didapatkan hasil evaluasi sebagai berikut :

**1. Evaluasi Nyeri dengan VAS**

**Tabel 2 14 Evaluasi Nyeri**

Macam Nyeri	T1		T2		T3		T4	
	Dekstra	Sinistra	Dekstra	Sinistra	Dekstra	Sinistra	Dekstra	Sinistra
Nyeri diam	1	1	1	1	0	0	0	0
Nyeri tekan	7	6	7	6	5	4	4	3
Nyeri gerak	7	6	7	6	6	4	4	3

## 2. Evaluasi Spasme dengan Palpasi

**Tabel 2 15 Evaluasi Spasme dengan Palpasi**

Otot	Dekstra				Sinistra			
	T1	T2	T3	T4	T1	T2	T3	T4
M. Upper Trapezius	1	1	1	0	1	1	0	0

## 3. Evaluasi Kekuatan Otot dengan MMT

**Tabel 2 16 Evaluasi Kekuatan Otot dengan MMT**

Grup Otot	Nilai			
	T1	T2	T3	T4
M. Fleksor neck	4	5	5	5
M. Ekstensor neck	4	5	5	5
M. Latero fleksi dekstra neck	3	3	4	4
M. Latero fleksi sinistra neck	3	3	3	4
M. Rotator dekstra neck	3	3	4	4
M. Rotator sinistra neck	3	3	4	4

## 4. Evaluasi Lingkup Gerak Sendi dengan Goniometer

**Tabel 2 17 Evaluasi Lingkup Gerak Sendi**

T1		T2	
Aktif	Pasif	Aktif	Pasif
S = (45-0-40)	S = (50-0-45)	S = (50-0-45)	S = (55-0-50)
T = (30-0-35)	T = (40-0-40)	T = (30-0-35)	T = (40-0-40)
R = (40-0-50)	R = (45-0-55)	R = (40-0-50)	R = (40-0-50)

T3		T4	
Aktif	Pasif	Aktif	Pasif
S = (50-0-45)	S = (55-0-50)	S = (55-0-45)	S = (55-0-50)
T = (40-0-40)	T = (45-0-45)	T = (45-0-45)	T = (50-0-50)
R = (50-0-55)	R = (55-0-60)	R = (55-0-65)	R = (60-0-70)

## 5. Evaluasi Aktivitas Fungsional dengan NDI

**Tabel 2 18 Evaluasi Aktivitas Fungsional dengan NDI**

Macam	T1	T2	T3	T4
Intensitas nyeri	3	3	2	1
Pemeliharaan Diri	2	2	1	1
Mengangkat beban	3	3	2	2
Membaca	1	0	0	0
Sakit Kepala	3	3	2	2
Konsentrasi	3	2	2	1
Tidur	1	0	0	0
Mengendarai	0	0	0	0
Bekerja	2	1	1	1
Rekreasi	1	1	0	0
<b>Total</b>	<b>38%</b>	<b>30%</b>	<b>20%</b>	<b>16%</b>

## G. Hasil Terapi Akhir

Dari hasil terapi yang telah dilakukan pada Ny. N umur 33 tahun, selama 4x terapi dengan menggunakan modalitas IR, US, Myofascial Release dan Contract Relax Stretching. Didapatkan hasil yaitu :

1. Adanya penurunan nyeri pada T1 nyeri diam dekstra 1, nyeri diam sinistra 1, nyeri tekan dekstra 7, nyeri tekan sinistra 6, nyeri gerak dekstra 7, nyeri gerak sinistra 6. sedangkan pada T4 nyeri diam

dekstra 0, nyeri diam sinistra 0, nyeri tekan dekstra 4 nyeri tekan sinistra 3, dan nyeri gerak dekstra 4, nyeri gerak sinistra 3.

2. Adanya penurunan spasme pada otot upper trapezius dimana pada T1 dekstra 1 ada *spasme*, sinistra 1 ada *spasme*, sedangkan pada T4 yaitu dekstra 0 tidak ada *spasme*, sinistra 0 tidak ada *spasme*.
3. Adanya peningkatan kekuatan otot fleksor dan ekstensor neck dimana T1 4 menjadi T4 5, otot latero fleksi dekstra dan rotator dekstra dimana T1 3 menjadi T4 4 dan otot latero fleksi sinistra dan rotator sinistra dimana T1 3 menjadi T4 4.
4. Adanya peningkatan lingkup gerak sendi (LGS) pada neck pada gerakan fleksi-ekstensi, lateral fleksi dan rotasi neck.
5. Adanya peningkatan aktivitas fungsional sehari-hari dimana T1 38% (sedang) menjadi 16% (ringan).