

## **BAB III**

### **METODELOGI PENELITIAN**

#### **3.1. Waktu Penelitian**

Studi kasus dilakukan berdasarkan observasi literasi selama beberapa bulan mulai bulan Januari hingga April 2020

#### **3.2. Lokasi Penelitian**

Studi kasus ini berada di lokasi penelitian berdasarkan literasi ialah berada di Sangar Badminton PB teknik Yogyakarta, Klinik Ft Batu Bulan Gianyar dan Unit Ft RS Sint Karolus Jakarta.

#### **3.3. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam Laporan Tugas Akhir (LTA) ini adalah jenis jenis penelitian studi kasus (*case study*) yang merupakan metode kualitatif dengan mendalami suatu kasus tertentu dengan melibatkan pengumpulan sumber informasi (Roco.2010).

#### **3.4. Metode Pengumpulan Data**

##### **3.4.1. Jenis Penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan dalam penulisan Laporan Tugas Akhir ini adalah jenis penelitian studi kasus (*case study*) yang merupakan metode kualitatif dengan mendalami suatu kasus tertentu dengan melibatkan pengumpulan sumber informasi (Roco.2010).

##### **3.4.2. Sumber Data**

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber yang sudah ada. Misalnya catatan ataupun dokumentasi, data yang diperoleh dari majalah, dan orang lain sebagainya yang dianggap dapat memberikan sumber informasi serta masukan data yang diperlukan dalam Penulisan Laporan Tugas Akhir (Dr. Harnovinsah.2019). Data diambil dari jurnal yang telah dipublikasikan.

### 3.4.3. Subjek Pengamatan

Subjek Pengamatan adalah seseorang dengan keluhan nyeri dan keterbatasan gerak pada bahu. Pengambilan subjek pengamatan dilakukan dengan cara observasi Literatur. Subjek yang diteliti seseorang penderita tennis elbow pasien klinik fisioterapi Batubulan Gianyar, atlet di Sanggar Badminton PB Teknik Yogyakarta

### 3.4.4. Objek Pengamatan

Hal yang diamati dan dicatat selama studi kasus adalah nyeri penurunan nyeri pada bahu dengan menggunakan metode *Visual Analog Scale* (VAS) dan meningkatkan kekuatan otot

## 3.5. Uraian Kasus

Pada uraian kasus *Tennis Elbow* pemeriksaan yang dapat dilakukan ialah sebagai berikut

### 3.5.1. Assesment

- 1) Anamnesa Umum Dari anamnesa umum didapat data pribadi berupa data umum dari pasien ialah sebagai berikut (1) Nama : Ny I, (2) Usia : 46 tahun, (3) Alamat : Surakarta (4) Pekerjaan : PNS, (5) Agama : -, (6) Diagnosa Medis : *Tennis Elbow Dextra*
- 2) Anamnesa Khusus

Informasi dari pemeriksaan anamnesa khusus ialah sebagai berikut

#### a. Keluhan Utama

Saat tangan kanan digerakkan ekspresi wajah pasien terlihat menahan nyeri

#### b. Riwayat penyakit Sekarang

Pasien merasakan nyeri pada siku bagian kanan

#### c. Riwayat penyakit dahulu

Berdasarkan pernyataan pasien tidak didapatkan riwayat penyakit dahulu

d. Riwayat penyakit penyerta

Berdasarkan pernyataan pasien tidak didapatkan riwayat penyakit penyerta

e. Riwayat penyakit keluarga`

Berdasarkan pernyataan pasien tidak didapatkan riwayat penyakit keluarga

3) Pemeriksaan Fisik

a. Tanda tanda vital

Tekanan Darah : 120/80 mmHg

Denyut Nadi 80/ menit

Respirasi : 20/ menit

Berat badan : 158 cm

Tinggi Badan : 53kg

b. Inspeksi

Statis : Posisi tubuh pasien tampak normal

Dinamis : Pasien saat berjalan tidak memegang siku kanannya, saat tangan kanan di gerakkan ekspresi wajah pasien terlihat menahan nyeri

c. Palpasi

1) Tidak terdapat odem

2) Suhu lokal siku kanan dan kiri sama

4) Pemeriksaan Gerak

a. Gerak Aktif

Nyeri saat digerakkan ke arah *fleksi elbow*

5) Pemeriksaan Khusus

a) Pemeriksaan nyeri menggunakan VAS

b) Pada palpasi ini ditemukan adanya nyeri tekan pada *tenno periosteal origo ekstensor carpi radialis brevis*, yang letaknya kira-kira 1 - 2 cm dari *lateral epicondylus humeri* ke *antero*

*medial* siku. Pada *stretching* ditemukan nyeri saat ekstensi siku, pronasi lengan bawah dan *palmar fleksi*.

### 3.5.2. Diagnosa Fisioterapi

#### 1) *Impairment*

- a. Adanya nyeri tekan, nyeri diam, dan nyeri gerak
- b. Adanya penurunan kekuatan otot

#### 2) *Functional Limitation*

Pasien keterbatasan dalam melakukan aktivitas menulis, membuka pintu, berkendara motor, berolahraga, angkat beban berat, dan yang lain-lain.

#### 3) *Disability*

Sejauh ini pasien masih mampu bersosialisasi dengan masyarakat sekitar.

### 3.5.3. Penatalaksanaan Fisioterapi

#### 1) Tujuan jangka pendek

Mengurangi nyeri

#### 2) Tujuan jangka panjang

Menambah kemampuan fungsional pada *elbow*

#### 3) Intervensi

##### a. *Ultrasound* terapi

##### 1. Sebelum Terapi

- a) Posisi alat dalam keadaan menyala
- b) Lakukan tes sensibilitas
- c) Daerah yang akan diterapi dibebaskan oleh pakaian
- d) Bersihkan daerah yang akan diterapi dengan alkohol atau sabun
- e) Posisi pasien dalam keadaan nyaman

##### 2. Selama Terapi

- a) Stel parameter pada mesin US
- b) Gunakan frekuensi 3 MHZ
- c) Berikan gel ke daerah yang akan diterapi

- d) *Tranduser* diletakkan di area *epicondilus lateral*
- e) Treatment harus selalu dinamis dan ritmis jangan terlalu ditekan
- f) Tanyakan ke pasien apa yang dirasakan
- g) Lakukan selama 5 sampai 15 menit

3. Sesudah terapi

- a) Bersihkan area yang telah diterapi dari gel menggunakan tisu
- b) Bersihkan *tranduser* dengan alkohol 70% dan dilap hingga kering

4. Evaluasi

Menanyakan apa yang di rasakan pasien setelah dan selama menjalani terapi.

b. Terapi latihan

Berdasarkan dari hasil pemeriksaan yang didapatkan adalah antara lain keluhan nyeri saat fleksi dan ekstensi untuk mengatasihal tersebut maka akan dilakukan hal sebagai berikut

1) *Stretching* pada otot otot *flexor elbow*

Terapis menginstruksikan kepada pasien untuk meluruskan lengannya kemudian menekuk pergelangan tangannya bagian telapak tangan secara penuh kemudian mendorongnya kedalam hingga pasien merasakan terulur di bagian bawah lengan bawah tahan hingga 15 detik dan diulangi 2 hingga 3 kali, pola ini dilakukan 5 kali perhari.( Timothy, 2010).

2) *Stretching* pada otot *ekstensor elbow*

Terapis menginstruksikan kepada pasien untuk meluruskan lengannya kemudian menekuk pergelangan tangannya bagian punggung tangan secara penuh

kemudian mendorongnya ke arah flexi hingga pasien merasakan terulur di bagian atas lengan bawah tahan selama 15 detik dan diulangi 2 hingga 3 kali, pola ini dilakukan 5 kali perhari (Timothy, 2010).

Posisi pasien tidur terlentang atau duduk dimana lengan diposisikan serileks mungkin, fisioterapis memposisikan siku penderita *full* ekstensi sedangkan lengan bawah pronasi serta sendi wrist diposisikan full fleksi. Kemudian tangan terapis heterolateral mendorong siku penderita ke arah *full* ekstensi, sedangkan tangan terapis homolateral memberikan penguluran (*stretching*) ke arah full pronasi lengan bawah dan fleksi wrist. Pertahankan posisi ini selama 20 – 30 detik pengulangan dilakukan 5-10 kali.

- 3) Pemberian *eccentric exercise* pada kondisi ini dilakukan dengan cara pemberian beban pada lengan bawah dengan tujuan penguatan. Pasien di instruksikan untuk melakukan gerakan fleksi dan ekstensi dengan siku membentuk 90 derajat dengan 10 repetisi sebanyak 3 sets (dengan beban dari diagram holten). Diagram Holten menggambarkan hubungan antara jumlah pengulangan dan persentase kemampuan pasien yang digunakan untuk menghitung 1 RM (*Repetition Maximum*). Beban bisa dinaikan jika nyeri pasien menurun. Latihan dilakukan dalam jangka waktu 4 minggu dengan pertemuan 3x seminggu