

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Waktu dan Tempat

Studi kasus dilakukan berdasarkan observasi literasi mulai bulan Januari sampai dengan April 2020.

3.2 Lokasi Penelitian

Studi kasus ini berada di lokasi penelitian berdasarkan literasi yang dilakukan di Klinik Fisioterapi Rumah Sakit Dharma Yadnya Denpasar, *Home Industry* pembuatan bulu mata palsu di Desa Adiarsa Kartanegara dan di Poliklinik Fisioterapi RS Dr. R Soetijono Blora.

3.3 Metode Pengumpulan Data

3.3.1 Jenis Penelitian

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

3.3.2 Sumber Data

Data sekunder adalah data yang diperoleh dari sumber yang sudah ada. Misalnya cacatan 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 (Harnovinsah.2019).

3.3.3 Subjek Pengamatan

Subjek pengamatan adalah seorang dengan keluhan nyeri pada otot *piriformis*. Pengambilan subjek pengamatan dilakukan dengan cara observasi Literatur.

3.3.4 Objek Pengamatan

Hal yang diamati dan dicatat selama studi kasus adalah nilai penurunan nyeri dengan metode *Visual Analogue Scale (VAS)* dan peningkatan kemampuan fungsional dengan menggunakan *Oswestry Disability Index*

3.4 Uraian kasus

Pada kasus *Piriformis Syndrome* pemeriksaan yang perlu dilakukan adalah sebagai berikut :

3.4.1 Assesment

1. Anamnesa Khusus

a. Keluhan Utama

Pada kasus ini, pasien merasakan sakit pada daerah pantat, kadang timbul rasa sakit menjalar dari pantat kiri sampai tungkai sebelah kiri.

2. Pemeriksaan fisik

a. *Vital sign* (tanda vital)

Tekanan darah : 120/80 mmHg,

Denyut nadi : 84x/menit,

Respirasi : 22x/menit.

Berat badan : 70 Kg

Tinggi badan : 150 cm

b. Inspeksi (proses pemeriksaan dengan metode pengamatan).

Didapatkan pemeriksaan inspeksi dengan:

Statis : Postur tubuh nampak normal

Dinamis : Pasien nampak kesakitan saat berjalan

c. Palpasi (pemeriksaan di mana penguji merasakan ukuran, kekuatan, atau letak sesuatu dengan indra peraba)

nyeri tekan pada *m.piriformis sinistra*

d. Pemeriksaan Gerak

fleksi dan ekstensi hip, endorotasi dan exsrotasi hip yang dilakukan secara pasif.

e. Pemeriksaan Spesifik

Pririformis stretch test (+)

f. Pemeriksaan Khusus

1. Pemeriksaan nyeri dengan Skala VAS
2. Pengukuran kemampuan Fungsional dengan *Oswestry Disability Index*.

3.4.2 Diagnosa Fisioterapi

1. *Impairment*

Adanya nyeri menjalar dari pantat sampai tungkai bagian kiri, nyeri tekan pada *m.piriformis sinistra*, adanya nyeri gerak pada *m.piriformis sinistra* saat gerakan *fleksi dan ekstensi hip, endorotasi dan exsrotasi hip* yang dilakukan secara pasif.

2. *Functional Limitation*

Pasien mengalami kesulitan saat posisi jongkok ke berdiri, kesulitan saat duduk bersila dan pasien merasa nyeri saat duduk terlalu lama pada pantat sebelah kiri.

3. *Disability*

Pasien masih bisa beraktivitas dilingkungan kerjanya sebagai guru, tetapi pasien merasa terganggu saat melakukan aktivitas kerjanya, pasien mengurangi aktivitasnya disawah

3.4.3 Penatalaksanaan Fisioterapi

a. Tujuan jangka pendek :

1. Mengurangi nyeri pada area otot *piriformis sinistra*.
2. Mengurangi *spasm* pada otot *piriformis sinistra*.

b. Tujuan jangka panjang :

Untuk meningkatkan kemampuan fungsional pasien seperti saat posisi jongkok ke berdiri, duduk bersila dan duduk lama.

c. Intervensi

1. *Ultrasound*

Menyiapkan *ultrasound*, memastikan kabel dalam kondisi baik atau tidak dan menyentuh lantai atau pasien, menyalakan *ultrasound*, menyiapkan gel dan menentukan metode : kontak langsung dengan kulit Frekuensi : 1 MHz, Jenis arus : *kontinyu*, Intensitas : 1,2 W/cm², Waktu terapi : 5 menit. Memberi penjelasan kepada pasien tentang terapi *ultrasound*. Posisikan pasien senyaman mungkin yaitu tidur miring disertai *fleksi hip sinistra 45° + endorotasi hip sinistra*, Pada area *m.piriformis sinistra* bebas dari pakaian, Lakukan tes sensibilitas tajam tumpul pada area *m.piriformis sinistra* kemudian beri gel pada area *m.piriformis sinistra*, menempelkan *tranduser* dan di gerakkan pada daerah/area *m.piriformis sinistra* sampai waktu habis. Memastikan alat sudah mati, membersihkan *tranduser* dan area *m.piriformis sinistra* dari gel dengan alkohol

1. Penerapan Terapi Latihan

Berdasarkan dari hasil pemeriksaan yang didapatkan adalah antara lain keluhan nyeri *fleksi* dan *ekstensi hip*, *endorotasi* dan *exsorotasi hip*. sehingga latihan yang sesuai untuk mengatasi permasalahan pasien tersebut adalah terapi latihan *Self-Myofascial Releas*, *Strengthening exercise*, *Strain Counter Strain (SCS)*.

a. *Self-Myofascial Releas*

Teknik SMR dilakukan dengan meletakkan *foam roller* pada area *m.piriformis sinistra* dan menggerakkan *foam roller* pada area *m.piriformis sinistra*. Menggerakkan *foam roller* selama 30 sampai 90 detik dan bernafas dengan relaks. Lakukan sampai rasa nyerinya berkurang,

b. *Strengthening exercise*

Latihan dengan menggunakan *band resistensi* Lingkarkan salah satu ujung *band resistensi* di sekitar objek yang kokoh dan ujung lainnya di pergelangan kaki *sinistra*. Berdiri tegak dengan pergelangan kaki terentang dari ujung band. Angkat

kaki *sinistra* ke atas dan lurus ke samping sejauh mungkin. Jeda, lalu kembalikan kaki ke posisi awal. Lakukan 8 sampai 10x setiap hari

c. Teknik *Strain Counter Strain (SCS)*

- a. Pasien berbaring tengkurap
- b. Jatuhkan kaki *sinistra* dari bet lalu tekuk lutut dan pergelangan kaki pasien bertumpu pada paha terapis.
- c. Posisi ini ditahan selama 90 detik dan terapis memantau titik tender pada *m.piriformis sinistra*
- d. Terapis mengembalikan kaki *sinistra* ke posisi netral secara perlahan

