

## BAB III

### PELAKSANAAN STUDI KASUS

Sebelum melakukan penanganan kepada pasien, hal yang perlu dilaksanakan untuk pertama kali adalah tindakan *asesment* (pemeriksaan). Tujuan dari tindakan ini untuk memperoleh data pasien yang akan digunakan sebagai dasar untuk menentukan diagnose fisioterapi dan memberikan tindakan terapi sesuai dengan keluhan pasien. Pada penelitian ini dilakukannya sebuah tindakan fisioterapi pada kondisi *sprain ankle kronis* dengan kriteria pasien yang ditentukan dimana pasien yang memiliki penurunan kemampuan dalam menjaga stabilisasi pada *ankle* dan adanya penurunan kemampuan fungsional. Penelitian ini merujuk dari penulisan yang telah dilakukan oleh Anggraeni & Lesmana (2021) yang dilakukan untuk mengetahui suatu kemampuan fungsional pada kondisi *sprain ankle kronis*.

#### A. PENGKAJIAN KASUS

##### 1. Anamnesis

Anamnesis yang dilakukan pada tanggal 15 Juli 2023 menggunakan metode *auto anamnesis*

##### a. Anamnesis Umum

Dengan Tn. M berusia 20 tahun merupakan seorang mahasiswa, beragama islam dan bertempat tinggal di Bandar Lampung

##### b. Anamnesis Khusus

Data yang diperoleh dari anamnesis khusus adalah :

##### 1) Keluhan Utama

Nyeri pada bagian luar kaki kanan.

##### 2) Riwayat Penyakit Sekarang

Pada tanggal 9 Juli 2023 pasien mengalami cedera pada bagian luar *ankle* bagian kanan di mana pasien mengalami cedera pada awal sedang berlari menggiring bola pasien terjatuh dalam posisi *ankle* menekuk ke bagian dalam. Hal pertama yang dirasakan pasien yaitu nyeri, kemudian pasien langsung melakukan kompres dingin pada bagian yang dirasa nyeri dengan tujuan untuk menghilangkan rasa nyerinya.

Setelah itu pasien hanya melakukan kompres tersebut pada saat sudah di rumah. Kemudian pasien melakukan fisioterapi untuk mempercepat masa pemulihan pada tanggal 13 Juli 2023 di mana pasien datang hanya merasakan nyeri pada bagian *lateral ankle* kanan.

3) Riwayat Penyakit Dahulu

*Sprain ankle*

4) Riwayat Penyakit Penyerta

Tidak ada riwayat penyakit penyerta

5) Riwayat Penyakit Keluarga

Tidak ada riwayat penyakit keluarga

## B. PEMERIKSAAN FISIK

Pada pemeriksaan fisik dilakukan pada tanggal 15 Juli 2023 dan didapatkan hasil sebagai berikut :

1. Vital Sign

- a. Tensi : 110/80 mmHg
- b. Denyut Nadi : 65x/Menit
- c. Frekuensi Nafas : 23x/Menit
- d. Suhu : 37° C
- e. Berat Badan : 64 Kg
- f. Tinggi Badan : 170 Cm

2. Inspeksi

- a. Inspeksi Statis : Kondisi umum pasien tampak baik tidak ada perubahan warna antara *ankle dextra* dan *sinistra*.
- b. Inspeksi Dinamis : Pasien tampak menahan nyeri pada saat berjalan menuju ruang fisioterapi .

3. Palpasi : Nyeri tekan pada bagian *lateral ankle dexta* .

## C. PEMERIKSAAN FUNGSI GERAK DASAR

1. Aktif

- a. *Plantar Fleksi* : Nyeri, Full ROM
- b. *Dorsal Fleksi* : Tidak Nyeri, Full ROM
- c. *Inversi* : Nyeri, Full ROM

- d. *Eversi* : Tidak Nyeri, Full ROM
2. Pasif
- a. *Plantar Fleksi* : Nyeri, Full ROM, *Endfeel Hard*
  - b. *Dorsal Fleksi* : Tidak Nyeri, Full ROM, *Endfeel Hard*
  - c. *Inversi* : Nyeri, Full ROM, *Endfeel Elastic*
  - d. *Eversi* : Tidak Nyeri, Full ROM, *Endfeel Elastic*
3. Isometric
- a. *Plantar Fleksi* : Mampu Melawan Tahanan Maksimal
  - b. *Dorsal Fleksi* : Mampu Melawan Tahanan Maksimal
  - c. *Inversi* : Mampu Melawan Tahanan Maksimal
  - d. *Eversi* : Mampu Melawan Tahanan Maksimal

#### D. PEMERIKSAAN KHUSUS

1. *Anterior Drawer Test* (+)

Hasil pemeriksaan positif karena ada kelonggaran pada *Anterior Talofibular Ligament* dan terdapat nyeri pada ankle dextra pada saat dilakukan test ini.

2. *Posterior Drawer Test* (-)

Hasil pemeriksaan negatif karena tidak ada nyeri pada *Posterior Talofibular Ligament ankle dextra* pada saat dilakukan test ini.

3. *Inversion Tallar Tilt Test* (+)

Hasil pemeriksaan positif karena ada nyeri pada bagian lateral ankle dextra yaitu pada *Calcaneofibular Ligament* pada saat dilakukan test ini.

4. *Eversion Tallar Tilt Test* (-)

Hasil pemeriksaan negatif karena tidak ada nyeri pada bagian *medial ligament ankle dextra* pada saat dilakukan test ini.

5. Nyeri Menggunakan VAS

Tabel 3.1 Skala Nyeri (Data Primer, 2023)

Nyeri Diam	0/10 pada <i>ankle dextra</i>
Nyeri Tekan	4/10 pada <i>malleolus lateral ankle dextra</i>
Nyeri Gerak	2/10 pada <i>ankle dextra</i>

6. Kekuatan otot menggunakan *Manual Muscle Test* (MMT)

Tabel 3.2 *Manual Muscle Test* (Data Primer, 2023)

<i>Ankle Dextra</i>	
<i>Dorsal Fleksi</i>	5
<i>Plantar Fleksi</i>	5
<i>Inversi</i>	5
<i>Eversi</i>	5

7. Lingkup Gerak Sendi

Tabel 3.3 Lingkup Gerak Sendi (Data Primer, 2023)

	<i>Ankle Dextra</i>	Normal
<i>Dorsal/Plantar Fleksi</i>	F : 15° - 0° - 45°	F : 15° - 0° - 45°
<i>Eversi/Inversi</i>	T : 15° - 0° - 15°	T : 15° - 0° - 15°

8. Antropometri

Tabel 3.4 Antropometri (Data Primer, 2023)

	<i>Ankle Dextra</i>	<i>Ankle Sinistra</i>
<i>Figur Eight</i>	59 Cm	59 Cm
<i>Lingkar Maleolus</i>	26 Cm	26 Cm

9. Aktivitas Fungsional Menggunakan *Foot And Ankle Disability Indexs* (FADI)

Tabel 3.5 Pemeriksaan Fungsional (Data Primer, 2023)

NO.	Aktivitas	Skor
1.	Berdiri	3
2.	Berjalan Ditanah	2
3.	Berjalan Ditanah Tanpa Alas Kaki	2

4.	Berjalan Ditanah Yang Tidak Rata	2
5.	Berjalan Menaiki Dan Menurun Tangga	2
6.	Tidur	4
7.	Berjalan Diawal	2
8.	Melakukan Pekerjaan Rumah	2
9.	Perawatan Pribadi	3
10.	Pekerjaan Berat (Memanjat, Mengangkat, Membawa Barang, Mendorong)	2
11.	Berjalan Mendaki Perbukitan	2
12.	Berjalan Menuruni Perbukitan	2
13.	Menaiki Tangga	2
14.	Menuruni Tangga	2
15.	Jongkok	2
16.	Berdiri Dengan Jari Kaki	2
17.	Berjalan Selama 5 Menit	3
18.	Berjalan Selama 10 Menit	2
19.	Berjalan Selama 15 Menit	1
20.	Aktivitas Sehari-Hari	3
21.	Aktivitas Ringan	3
22.	Aktivitas Rekreasi	3
23.	Tingkat Nyeri Umum	3

24.	Nyeri Selama Aktivitas Normal	2
25.	Nyeri Saat Istirahat	4
26.	Nyeri Saat Pagi Hari	2
Hasil		62
4 = Tidak Sulit	Skor	
3 = Kesulitan Ringan	penilaian	
2 = Kesulitan Moderat	62/104x100	
1 = Sangat Sulit	% = 59,6%	
0 = Tidak Dapat Dilakukan		
Penilaian <i>Foot And Ankle Disability Index</i> (FADI) :		
0%-25% = Kesulitan		
26%-50% = Moderat		
51%-75% = Ringan 76%-100% = Normal		

#### 10. Stabilisasi Ankle Menggunakan *Single Leg Stance* (SLS)

Stabilitas merupakan suatu kondisi dimana tubuh mempertahankan keseimbangan dalam berbagai kondisi. *Single leg stance* merupakan acuan dalam mengukur kemampuan berdiri dengan satu kaki dan menjaga keseimbangan. Pada kondisi ini pasien saat dilakukan test mendapatkan waktu selama 40,8 detik. Dimana pada hasil penilaian ini pada kemampuan stabilisasi pasien mengalami kesulitan yang ringan.



Gambar 3.1 Test *Single Leg Stance*  
(Dokumentasi Pribadi, 2023)

#### E. PEMERIKSAAN KOGNITIF, INTRAPERSONAL DAN INTERPERSONAL

Pada pemeriksaan *kognitif* diperoleh pasien mampu mengingat atas kejadian awal mula cedera dan mampu menjelaskan tentang keluhan yang dirasakan kemudian mampu mengikuti intruksi dengan baik, sedangkan pada pemeriksaan *interpersonal* diketahui pasien mempunyai keinginan dan semangat untuk sembuh. Dan dari pemeriksaan *intrapersonal* diketahui pasien mampu berkomunikasi dengan baik.

#### F. DIAGNOSA FISIOTERAPI

1. *Impairment* : adanya nyeri tekan pada bagian *lateral ankle dextra*, ada penurunan kemampuan stabilisasi
2. *Fungsional Limitation* : kesulitan beribadah seperti duduk diantara dua sujud, kesulitan berlari, kesulitan latihan futsal seperti pada saat passing bola.
3. *Participation Retraction* : kesulitan mengikuti kegiatan dikampus diwaktu jam praktek lapangan yang dimana pasien merupakan mahasiswa pendidikan jasmani.

#### G. TUJUAN FISIOTERAPI

1. Tujuan Jangka Pendek
  - a. Mengurangi Nyeri
2. Tujuan Jangka Panjang
  - a. Meningkatkan kemampuan stabilisasi
  - b. Meningkatkan kemampuan fungsional

## H. PELAKSANAAN FISIOTERAPI

### 1. TENS

- a. Persiapan Alat : Persiapkan alat dan pastikan sudah terhubung dengan aliran listrik.
- b. Persiapan Pasien : Posisi pasien tidur terlentang dengan ankle yang mengalami cedera dalam posisi nyaman dan tidak terhalang kain atau penutup lainnya. Menjelaskan tentang rasa yang akan dirasakan pada saat penggunaan modalitas ini, jika pasien mengalami rasa yang tidak nyaman diberitahukan untuk segera memberitahu fisioterapis.
- c. Pelaksanaan : Pasangkan pad elektroda pada *lateral ankle* dan *posterior ankle* atur waktu selama 15 menit dan dengan arus continue, pada saat memulai naikan intensitas sesuai dari batas toleransi kemampuan pada pasien.



Gambar 3.2 *Intervensi TENS*  
(Dokumentasi Pribadi, 2023)

### 2. *Theraband Exercise*

- a. Persiapan Pasien : Posisi pasien duduk dengan kaki menggantung diujung bed.
- b. Posisi Fisioterapis : Fisioterapi duduk di depan pasien.
- c. Pelaksanaan : Letakkan *theraband* pada ujung kaki, kemudian intruksikan pasien untuk menggerakkan *ankle* kearah *dorsa fleksi*, *plantar fleksi*, *inversi* dan *eversi*. Gerakan tersebut dilakukan secara bergantian, pada setiap gerakan dilakukan sebanyak 20 repetisi 3 set (Hasdiati & Rahman, 2022).





Gambar 3.3 Intervensi *Ankle Theraband*  
(Dokumentasi Pribadi, 2023)

### 3. *Ankle Rhythem*

- a. Persiapan Pasien : Posisi pasien duduk pada kursi dengan hip, knee dan ankle, membentuk sudut  $90^\circ$ .
- b. Posisi Fisioterapis : Posisi fisioterapi berada disamping pasien dengan tujuan agar aba-aba atau intruksi dapat dilaksanakan dengan jelas.
- c. Pelaksanaan : Intruksikan pasien untuk menggerakkan ankle secara bersamaan kearah dorsal fleksi dan kembali pada posisi awal secara terus-menerus. Lakukan gerakan selama 30 detik dengan rincian waktu 10 detik awal dengan gerakan santai dilanjut dengan kecepatan gerakan ditambah atau sedang, kemudian 10 detik terakhir dilakukan dengan gerakan cepat. Lakukan gerakan atau latihan ini sebanyak 30 detik dengan 8 repetisi (Hasdiati & Rahman, 2022).



Gambar 3.4 Intervensi *Ankle Rhythem*  
(Dokumentasi Pribadi, 2023)

#### 4. *Calf Raise*

- a. **Persiapan Pasien** : Posisi pasien berdiri menghadap tembok dan berpegangan pada tembok dengan posisi siku ekstensi.
- b. **Posisi Fisioterapis** : Posisi fisioterapi berada disamping pasien yang diharapkan untuk menjaga dan selalu mengontrol saat waktu latihan.
- c. **Pelaksanaan** : Intruksikan pasien untuk melakukan latihan dengan cara berjinjit dan kembali lagi pada posisi semula lakukan latihan sebanyak 10 repetisi dengan pengulangan 2 set (Setyaningrat & Komalasari, 2022).



Gambar 3.5 Intervensi *Calf Raise*  
(Dokumentasi Pribadi, 2023)

#### 5. *One Leg Standing With Woble Board*

- a. **Persiapan Pasien** : Posisi pasien beridiri dengan satu kaki diatas papa woble board.
- b. **Posisi Fisioterapis** : Fisioterapis berada disamping pasien yang selalu menjaga dan mengontrol pada saat latihan.
- c. **Pelaksanaan** : Intruksikan pasien untuk berdiri pada woble board dengan satu kaki dengan satu kakinya diangkat dengan membentuk sudut 90° knee dan hip. Mulai latihan pada saat pasien berdiri selama 3 detik, kemudian mulai latihan dengan memulai stopwatch selama 60 detik lakukan sebanyak 3 repetisi kemudan lakukan juga untuk kaki lainnya (Sebianto *et al*, 2022).



Gambar 3.6 Intervensi *One Leg Standing With Woble Board*  
(Dokumenasi Pribadi, 2023)

## I. EVALUASI

Perkembangan pasien dapat dilihat dari hasil evaluasi T1 sampai dengan T6. Berikut ini merupakan hasil evaluasi pasien dari T1 sampai T6 :

### 1. Evaluasi nyeri menggunakan *Visual Analogue Scale* (VAS)

Tabel 3.6 Evaluasi Nyeri (Data Primer. 2023)

VAS	T0	T1	T2	T3	T4	T5	T6
Nyeri Diam	0	0	0	0	0	0	0
Nyeri Tekan	4	4	4	3	2	1	1
Nyeri Gerak	2	2	2	1	1	1	0

Berdasarkan dari dilakukanya terapi 6 kali diperoleh nilai penurunan nyeri dari awal terapi T0 yaitu dari nyeri diam (0), nyeri tekan (4), nyeri gerak (2), dan setelah terapi T6 terdapat penurunan nyeri yaitu nyeri diam (0), nyeri tekan (1), dan nyeri gerak (0).

### 2. Evaluasi Stabilisasi Pada *Ankle Dextra* Menggunakan *Single Leg Stance* (SLS)

Tabel 3.7 Evaluasi Stabilisasi (Data Primer, 2023)

	T0	T1	T2	T3	T4	T5	T6
SLS	40,8	40,8	43,9	49,2	52,4	56,7	60

Dari hasil diberikan terapi 6 kali diperoleh hasil peningkatan stabilisasi dari awal terapi T0 yaitu dari 40,8 detik dan setelah terapi menjadi 60 detik pada T6.

3. Evaluasi Aktivitas Fungsional Menggunakan *Foot And Ankle Disability Indexs (FADI)*

Tabel 3.8 Evaluasi Fungsional (Data Primer, 2023)

NO.	Aktivitas	T0	T1	T2	T3	T4	T5	T6
1.	Berdiri	3	3	3	3	4	4	4
2.	Berjalan Ditanah	2	2	2	3	3	3	4
3.	Berjalan Ditahan Tanpa Alas Kaki	2	2	2	2	3	3	3
4.	Berjalan Ditanah Yang Tidak Rata	2	2	2	2	2	3	3
5.	Berjalan Menaiki Dan Menurun Tangga	2	2	2	2	2	2	3
6.	Tidur	4	4	4	4	4	4	4
7.	Berjalan Diawal	2	2	3	3	4	4	4
8.	Melakukan Pekerjaan Rumah	2	2	2	2	3	3	3
9.	Perawatan Pribadi	3	3	3	3	4	4	4
10.	Pekerjaan Berat (Memanjat, Mengangkat, Membawa Barang, Mendorong)	2	2	2	2	2	3	3
11.	Berjalan Mendaki Perbukitan	2	2	2	2	3	3	3
12.	Berjalan Menuruni	2	2	2	3	3	3	3

Perbukitan								
13.	Menaiki Tangga	2	2	2	3	3	3	4
14.	Menuruni Tangga	2	2	2	2	3	3	4
15.	Jongkok	2	2	2	2	3	3	4
16.	Berdiri Dengan Jari Kaki	2	2	2	2	2	3	4
17.	Berjalan Selama 5 Menit	3	3	3	3	3	4	4
18.	Berjalan Selama 10 Menit	2	2	2	2	2	3	3
19.	Berjalan Selama 15 Menit	1	1	2	2	2	2	3
20.	Aktivitas Sehari-Hari	3	3	3	3	3	4	4
21.	Aktivitas Ringan	3	3	3	3	4	4	4
22.	Aktivitas Rekreasi	3	3	3	4	4	4	4
23.	Tingkat Nyeri Umum	3	3	3	3	3	3	4
24.	Nyeri Selama Aktivitas Normal	2	2	2	2	3	3	3
25.	Nyeri Saat Istirahat	4	4	4	4	4	4	4
26.	Nyeri Saat Pagi Hari	2	2	2	3	3	4	4
Hasil		62	62	64	68	79	86	90
Skor Penilaian T0 = $62/104 \times 100\% = 59,6\%$								
Skor Penilaian T1 = $62/104 \times 100\% = 59,6\%$								
Skor Penilaian T2 = $64/104 \times 100\% = 61,5\%$								

---

$$\text{Skor Penilaian T3} = 68/104 \times 100\% = 65,3\%$$

---

$$\text{Skor Penilaian T4} = 79/104 \times 100\% = 75,9\%$$

---

$$\text{Skor Penilaian T5} = 86/104 \times 100\% = 82,6\%$$

---

$$\text{Skor Penilaian T6} = 90/104 \times 100\% = 86\%$$

---

Dari hasil evaluasi penilaian aktivitas fungsional dengan index FADI ditemukan ada peningkatan dari T0 didapatkan hasil 59,6 %(ketergantungan ringan) menjadi 86 % normal atau tidak ada ketergantungan pada T6.