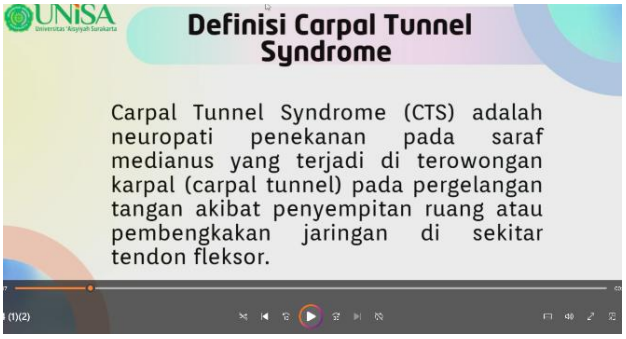
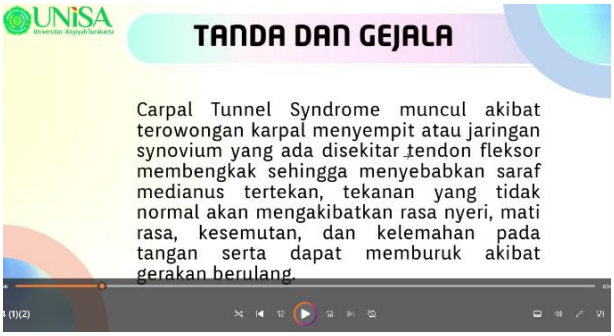
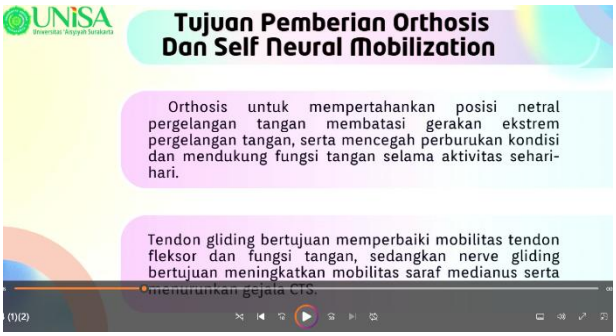
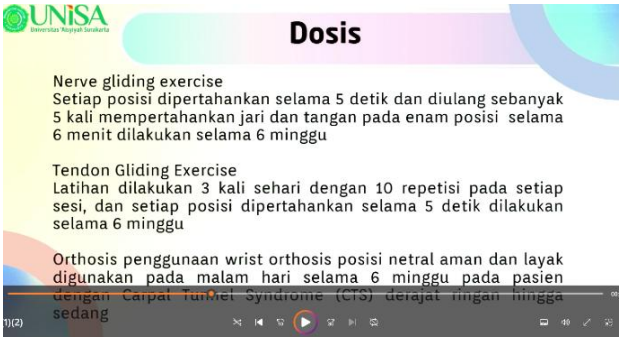

UNISA
Universitas 'Aisyiyah Surakarta
EDUKASI PENERAPAN ORTHOSIS DAN SELF NEURAL MOBILIZATION TERHADAP PENINGKATAN FUNGSIONAL HAND WRIST PADA PENJAHIT DENGAN RISIKO CARPAL TUNNEL SYNDROME
DIV Fisioterapi
Abelia Febriana /202251002
pembimbing
Dita Mirawati,S, Tr.Ftr., M. Fis


UNISA
Universitas 'Aisyiyah Surakarta
Definisi Carpal Tunnel Syndrome
Carpal Tunnel Syndrome (CTS) adalah neuropati penekanan pada saraf medianus yang terjadi di terowongan karpal (carpal tunnel) pada pergelangan tangan akibat penyempitan ruang atau pembengkakan jaringan di sekitar tendon fleksor.


UNISA
Universitas 'Aisyiyah Surakarta
TANDA DAN GEJALA
Carpal Tunnel Syndrome muncul akibat terowongan karpal menyempit atau jaringan synovium yang ada disekitar tendon fleksor membengkak sehingga menyebabkan saraf medianus tertekan, tekanan yang tidak normal akan mengakibatkan rasa nyeri, mati rasa, kesemutan, dan kelemahan pada tangan serta dapat memburuk akibat gerakan berulang.


UNISA
Universitas 'Aisyiyah Surakarta
Tujuan Pemberian Orthosis Dan Self Neural Mobilization
Orthosis untuk mempertahankan posisi netral pergelangan tangan membatasi gerakan ekstrem pergelangan tangan, serta mencegah perburukan kondisi dan mendukung fungsi tangan selama aktivitas sehari-hari.
Tendon gliding bertujuan memperbaiki mobilitas tendon fleksor dan fungsi tangan, sedangkan nerve gliding bertujuan meningkatkan mobilitas saraf medianus serta menurunkan gejala CTS.


UNISA
Dosis
Nerve gliding exercise
Setiap posisi dipertahankan selama 5 detik dan diulang sebanyak 5 kali mempertahankan jari dan tangan pada enam posisi selama 6 menit dilakukan selama 6 minggu
Tendon Gliding Exercise
Latihan dilakukan 3 kali sehari dengan 10 repetisi pada setiap sesi, dan setiap posisi dipertahankan selama 5 detik dilakukan selama 6 minggu
Orthosis penggunaan wrist orthosis posisi netral aman dan layak digunakan pada malam hari selama 6 minggu pada pasien dengan Carpal Tunnel Syndrome (CTS) derajat ringan hingga sedang


UNISA
Indikasi dan Kontraindikasi
Indikasi
• CTS derajat ringan hingga sedang
• Gejala berupa:
○ Nyeri
○ Kesemutan
○ Mati rasa intermiten (tidak menetap)
• Tidak terdapat atrofi otot thenar
• Tidak ada kerusakan saraf permanen
Kontraindikasi
• CTS derajat berat
• Gejala berupa:
○ Mati rasa menetap (persisten)
○ Nyeri akut yang parah
• Kelemahan signifikan pada ibu jari
• Atrofi otot thenar
• Kerusakan saraf yang tidak dapat diperbaiki
• CTS akibat kondisi lain, seperti:
○ Fraktur
○ Tumor
○ Infeksi


Nerve Gliding Exercise
Setiap posisi dipertahankan selama 5 detik dan diulang sebanyak 5 kali mempertahankan jari dan tangan
dilakukan selama 6 minggu


Tendon Gliding Exercise
Latihan dilakukan 3 kali sehari dengan 10 repetisi pada setiap sesi, dan setiap posisi dipertahankan selama 5 detik dilakukan selama 6 minggu


Penggunaan Orthosis
(1)(2)

