

Gambaran Nyeri Syndrom De Quervain pada Remaja Akhir di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Luthfi Fitriana Herman^{1*}, Ishmatu Amrina², Jamaludin Yusuf³

¹Sarjana Fisioterapi/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

²Sarjana Fisioterapi/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

³Sarjana Fisioterapi/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

*Email: sabitarifqi18@gmail.com

Abstrak

Keywords:

De Quervain Syndrome, Skala Nyeri, numeric rating scale

De Quervain Syndrome adalah penyakit yang diakibatkan oleh inflamasi pembungkus tendon otot abductor polichis longus dan ekstensor polichis brevis yang menimbulkan nyeri pada daerah processus stiloideus dan penurunan lingkup gerak sendi (LGS) sehingga berdampak pada penurunan kemampuan aktivitas fungsional. Tujuan penelitian: Mengetahui gambaran nyeri syndrom de quervain pada remaja akhir di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan menggunakan data primer dari numeric rating scale. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan. Hasil Penelitian : Hasil uji deskriptif numeric rating scale didapatkan bahwa skor nyeri paling banyak dirasakan adalah skala nyeri sedang sebanyak 12 responden (60%). Kesimpulan : Hasil analisa data yang telah dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa skor nyeri paling banyak dirasakan adalah skala nyeri sedang sebanyak 12 responden (60%). Risikoini akan bertambah buruk jika tangan masih digunakan untuk aktivitas yang memerlukan gerakan berulang ulang. Peneliti menyarankan fisioterapi lebih aktif memberikan informasi terkait dengan resiko de queirvain syndrome dan intervensi fisioterapi secara bertahap guna membantu menurunkan nyeri yang dirasakan pasien.

1. PENDAHULUAN

Teknologi pada era globalisasi saat ini terus berkembang, menjadikan manusia mudah melakukan aktifitas sehari-hari, termasuk dalam komunikasi. Penggunaan telepon seluler sudah menjadi kebutuhan bagi masyarakat dunia, tidak terkecuali Indonesia. Berdasarkan Kementerian Komunikasi dan Informatika (2016) Pengguna telepon seluler di Indonesia mencapai 189,4 juta pengguna, yang artinya lebih dari separuh penduduk

Indonesia atau 72,8% telah menggunakan telepon seluler.

Perkembangan digital terus mengalami perkembangan yang pesat. We are social adalah riset marketing yang rutin mengeluarkan laporan tahunan mengenai data jumlah pengguna website, mobile, dan media sosial dari seluruh dunia. Pada tahun 2018, We are social bekerja sama dengan hootsuite kembali mengeluarkan laporan tahunan (Ramadhan 2018, h.1).

We are social melaporkan separuh manusia di bumi telah menggunakan

internet, yaitu mencapai 4,021 miliar orang. Pengguna internet dunia, menggunakan waktunya selama 6 jam per hari untuk mengakses internet melalui berbagai perangkat. Penggunaan internet di Indonesia sendiri mencapai 132 juta orang, ini menunjukkan lebih dari 50% penduduk Indonesia telah mengakses internet. Internet dapat diakses melalui berbagai perangkat, ponsel pintar menjadi perangkat terbanyak yaitu 60% dalam mengakses internet (Ramadhan 2018, h.1).

Indonesia menempati peringkat keempat dunia dari kategori durasi waktu yang digunakan untuk mengakses internet, rata-rata durasinya 8 jam 51 menit setiap harinya. Pengguna internet di Indonesia 49% telah menggunakan sosial media dan Indonesia menempati peringkat ketiga dunia dalam menggunakan salah satu sosial media terpopuler dunia yaitu Instagram. Pengguna internet mengalokasikan waktunya untuk menggunakan sosial media sebesar 3 jam 23 menit yang artinya orang Indonesia mengalokasikan waktunya 30% untuk sosial media (Ramadhan 2018, h.1).

Bagi remaja, ponsel pintar sudah menjadi kebutuhan untuk gaya hidup di era globalisasi, terbukti dari hasil survey yang mengatakan segmen remaja masih menjadi basis kuat perangkat pintar, pada penelitian yang dilakukan Resti (2015, h.3) hasil terbesar dalam survey pengguna ponsel pintar adalah remaja, yaitu sebanyak 39% dengan kisaran usia 16 sampai 21 tahun. Penelitian lain yang dilakukan Kosdinata (2016, h.3) mencatat, jumlah pengguna ponsel pintar di Indonesia sekitar 41 juta orang pada tahun 2013 dan mengalami peningkatan sebanyak 5 juta orang ditahun berikutnya.

Ponsel pintar saat ini sudah beraneka ragam, memiliki ukuran dan berat yang berbeda-beda serta memiliki fasilitas touchscreen sehingga usaha untuk mengetik jauh lebih mudah. Namun, penggunaan ponsel yang berlebih atau lebih dari 5 jam sehari dapat menyebabkan dampak secara fisik (Nurratri, dkk., 2018, h.2).

Dampak fisik dari penggunaan ponsel pintar secara terus menerus dapat

menyebabkan gangguan. Salah satunya gangguan yang dapat terjadi adalah syndrom de quervain, yaitu bentuk peradangan selaput tendon di sarung synovial yang menyelubungi otot extensor pollicis brevis dan abductor pollicis longus disertai rasa nyeri. Penatalaksanaan pada syndrom de quervain dapat berupa non-bedah dan pembedahan (Suryani 2018, h.1).

Pembedahan pada kasus syndrom de quervain dilakukan pada pasien dengan gejala persisten atau berat. Dalam salah satu penelitian yang menganalisis komplikasi operasi dari 20 pasien yang dirawat oleh ahli bedah yang sama, dengan tehnik bedah yang sama ditemukan tingkat komplikasi 9%-24%. Dalam kasus ini 4 pasien (20% kasus) dengan kerusakan sementara cabang saraf radial (neuropaxia) dengan keluhan simpatologi 3 bulan dan 1 pasien memiliki bekas luka yang buruk. Kesimpulannya, operasi syndrom de quervain merupakan tehnik yang sederhana tetapi dengan banyak komplikasi, khususnya cabang sensorik dari kerusakan saraf radial (Amadei 2017, h.3).

Penelitian lain yang dilakukan Traverso, Douek, Schivo, Bruyere, Muller dan Krahenbuhl (2017) ditemukan adanya kasus syndrom de quervain pada anak perempuan berusia 12 tahun dan ibu pasien menjelaskan bahwa pasien sering menggunakan ibu jari untuk mengetik pesan singkat dengan ponsel pintar. Syndrom de quervain sangat jarang ditemukan pada anak-anak karena tendon yang masih muda dan lunak.

Ali et al (2014) memeriksa hubungan tendinitis de quervain dengan SMS di physical therapy of karachi. Hasil penelitian ini menyimpulkan bahwa nyeri ibu jari dan pesan teks sering memiliki hubungan. Jhon V. Ashurst memberikan laporan kasus tenosynovitis yang disebabkan oleh SMS pada Mei 2010 disimpulkan bahwa terlalu sering menggunakan ibu jari adalah penyebab umum de quervain tenosynovitis (dikutip dalam Taufiq, Batool dan Bashir 2015, h.96).

Menurut Nisa, Umer dan Hassan (2016, h.22-24) menyatakan dari 384 kasus nyeri ibu jari usia berkisar 16-30 tahun dari dua jenis kelamin dipilih. Penelitian ini menyimpulkan bahwa 223 (58%) positif syndrom de quervain dan 161 (41,93%) negatif syndrom de quervain. Selain itu, mayoritas pasien yang terkena adalah remaja laki-laki.

Hasil penelitian lain pada 137 mahasiswa kedokteran dengan usia 18 sampai 25 tahun di Allama Iqbal Medical College menunjukkan 32% mengalami nyeri dipergelangan tangan sedangkan 68% bebas nyeri. Dikatakan pula, bahwa hal ini lebih banyak terjadi pada mahasiswa perempuan (Taufiq, batool dan Bashir 2015, h.97). Syndrom de quervain disebabkan oleh adanya masalah yang terjadi pada kedua tendon tersebut, salah satunya dikarenakan overuse dari durasi penggunaan telepon pintar yang tiada batas (Nurratri, dkk., 2018, h.1).

Syndrom de quervain tidak berbahaya, tetapi bisa menjadi gangguan yang benar-benar menyakitkan (Mujianto 2013, h.134). Berdasarkan proyeksi Badan Perencanaan Pembangunan Nasional jumlah penduduk Indonesia (2018) untuk populasi yang masuk kategori usia produktif (14-64 tahun) mencapai 179,13 juta jiwa atau 67,6% dari total keseluruhan penduduk Indonesia. Jika pada usia produktif sudah mengalami syndrom de quervain maka akan kesulitan beraktifitas. Ibu jari adalah bagian tubuh yang memiliki peran penting dalam melakukan berbagai aktivitas dari yang paling ringan sampai berat, seperti mengetik telepon seluler, mencuci, menulis, memotong dan mengangkat benda berat dan lain sebagainya.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 3 Oktober 2018, di kampus Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan dengan menyebarkan 30 kuisioner dan melakukan prosedur pemeriksaan frinkelestain test kepada mahasiswa dengan rentan usia 18 sampai 21 tahun. Dalam kuisioner tersebut ada 6 pertanyaan yang peneliti tanyakan. Hasil dari 6 pertanyaan tersebut adalah 30 mahasiswa menggunakan smarthphone, 30

rata-rata mahasiswa menggunakan smartphone 8 jam dalam sehari, 30 mahasiswa tidak menggunakan smartphone hanya untuk mengirim pesan, 29 mahasiswa memiliki lebih dari tiga sosial media yang sering digunakan, 28 mahasiswa sering bermain game di smartphone, ketika rasa sakit di daerah prosesus styloideus radii itu datang 30 mahasiswa membiarkannya dan tetap melakukan aktifitas, peneliti melakukan prosedur frinkelestain test dan didapatkan hasil bahwa 30 mahasiswa positif syndrom de quervain. Kesimpulan dari 6 jawaban yang didapat bahwa kebiasaan yang dilakukan oleh mahasiswa sangat beresiko untuk terjadinya syndrom de quervain dan memperparah syndrom de quervain.

2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan menggunakan data primer. Penelitian dilaksanakan di kampus II Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan mulaibulan Mei 2019. Variabel yang akan diteliti adalah nyeri pada syndrom de quervain. Populasi dalam penelitian yang akan dilakukan ini adalah mahasiswa tingkat remaja akhir STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan 2019. Populasi dalam penelitian ini dengan rentan usia 17-21 tahun berjumlah 816.

Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah 20 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah peneliti tetapkan. Data primer diperoleh dari Clinical Test Of Sensory Interaction of balance (CTSIB).

Pengukuran nyeri menggunakan alat ukur *numeric rating scale*. Hasil pengukuran dengan rincian :

- a. 0 : tidak nyeri
- b. 1-3 : nyeri ringan
- c. 4-6 : nyeri sedang
- d. 7-9 : nyeri berat terkontrol
- e. 10 : nyeri berat tidak terkontrol.

Data hasil pengukuran yaitu berupa kategori, dengan demikian peneliti menggunakan skala pengukuran data ordinal.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada 14 Mei 2019 sampai dengan 24 Mei 2019 pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan yang berjumlah 20 orang yang memenuhi kriteria inklusi. Responden yang berjumlah 20 orang terdiri dari 14 mahasiswa S1 Fisioterapi, 2 mahasiswa S1 Keperawatan, 2 mahasiswa

S1 Farmasi, 2 mahasiswa D3 Keperawatan. Responden 1-10 diberikan tindakan pada tanggal 14, 16, 18 Mei 2019 dan responden 11-20 diberikan tindakan pada tanggal 20, 22, 24 Mei 2019. Penelitian ini dilakukan di kampus II Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, ruangan laboratoriumgymnastic dan laboratorium fisiologi.

Tabel 1. Distribusi frekuensi skala nyeri *syndrom de quervain* responden

Skala Nyeri	Jumlah	Persentase (%)
Tidak Nyeri	0	0,0
Nyeri Ringan	8	40,0
Nyeri Sedang	12	60,0
Nyeri Berat Terkontrol	0	0,0
Nyeri Berat Tidak Terkontrol	0	0,0
Total	12	100

Berdasarkan hasil tabel 1, menunjukkan hasil bahwa skor nyeri paling banyak dirasakan adalah skala nyeri sedang sebanyak 12 responden (60%).

De Quervain's syndrome (DQS) adalah peradangan pada sisi pergelangan tangan di bagian ibu jari tempat nyapatendon musculus extensor pollicis brevis serta musculus abductor pollicis longus karena trauma atau pembebanan yang terlalu berat (Hakim, 2013). Menurut Keisner (2017), dalam bukunya Ilmu Pemeriksaan Gerak, seseorang yang mengalami keluhan dan gejala seperti nyeri pada pergelangan tangan bagian radial menuju ibu jari, adanya crepitasi karena gesekan tendon meningkat dan rasa kesemutan pada ibu jari. Hal ini menunjukkan bahwa seseorang tersebut mempunyai risiko terkena de quervain syndrome. Risiko ini akan bertambah buruk jika tangan masih digunakan untuk aktivitas yang memerlukan gerakan berulang ulang. Akibatnya otot dan ligamen tersebut mengalami peradangan yang mengakibatkan nyeri jika tangan digerakkan ke arah ulnar deviasi (tes Finkelstein's) berarti orang tersebut positif terkena de quervain syndrome (Lad, 2017).

Beberapa penelitian membuktikan bahwa faktor –faktor pekerjaan sangatlah penting sebagai faktor risikoterjadinya De quervain syndrome. Faktor tersebut yaitu gerakan yang berulang dalam periodisasi yang lama, gerakan dengan kekuatan, postur kerja statis dengan waktu yang lama. Salah satu gangguan yang sering terjadi pada orang yang gemar SMS adanya faktor –faktor tersebut yang dapat menyebabkan cedera pada musculus abductor pollicis longus (APL) dan musculus extensor pollicis brevis (EPB) sehingga mengalami gangguan gerak pada pergelangan tangannya atau yang disebut dengan de quervain syndrome (Hadi, 2012).

Kalau di lihat dari segi anatomis, tangan, pergelangan tangan dan jari merupakan bagian dari ekstremitas atas yang bentuknya sangat rumit sehingga mudah sekali terkena injury. Sebagai organ komunikasi, tangan mempunyai fungsi sebagai organ motorik maupun sensorik. walaupun tangan, pergelangan tangan dan jari terdiri dari banyak sendi, tetapi fungsinya satu sama lain saling mempengaruhi (Nisa, 2016).

4. KESIMPULAN

Hasil analisa data yang telah dilakukan oleh peneliti dapat disimpulkan bahwa skor nyeri paling banyak dirasakan adalah skala nyeri sedang sebanyak 12 responden (60%). Risikoini akan bertambah buruk jika tangan masih digunakan untuk aktivitas yang memerlukan gerakan berulang ulang. Peneliti menyarankan fisioterapi lebih aktif memberikan informasi terkait dengan resiko de queirvain syndrome dan intervensi fisioterapi secara bertahap guna membantu menurunkan nyeri yang dirasakan pasien.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih pada Kemenristekdikti, Rektor Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan (UMPP), Lembaga penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LPPM) Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan, Kepala Badan Penelitian Daerah (BAPEDA) serta responden mahasiswa akhir kampus II UMPP yang telah mendukung pelaksanaan penelitian

REFERENSI

- [1] Amedei, F. 'Complications After De Quervain's Disease Surgery', *Medwin Publish*. 2017; vol.1, no.6, h.1-4).
- [2] Kosdanita, 'Dampak Penggunaan Smartphone terhadap Kehidupan Seksual Studi Kasus Akses Pornografi Online di Kalangan Mahasiswi Universitas Riau', *Jom FISIP*. 2016; vol.3, no.2, h.1-13.
- [3] Lad, J, Jaiswal, V, Ghuman, S & Ghodey, S, 'Immediate Added Effects of Pain Releasing Phenomenon on De Quervains Tenosynovitis Pain a Mulligan Concept Technique', *International Journal of Allied Medical Sciences and Clinical Research*.2017; vol.5, no.2, h.592-596.
- [4] Nisa, Z, Umer, B & Hassan, T, 'Prevalence of De Quervain's Syndrom', *Journal of Riphah College of Rehabillitation Sciences*. 2016; vol.4, n0.1 h.22-24.
- [5] Nurratri dkk, 'Upaya Prefentif dan Edukatif De Quervain Syndrom pada Pengguna Smartphone di Kalangan Remaja', *University Research Colloquium*, 2018; h.493-499.
- [6] Resti, 'Penggunaan Smartphone Dikalangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Riau', *Jom FISIP*.2015; vol. 2, no.1, h.1-15.
- [7] Suryani, 'Syndrom De Quervain: Diagnosis dan Tatalaksana', *Contiuning Medical Education*. 2018; vol.45, no.8, h.952-592.
- [8] Taufiq, F, Batool, T & Bashir, S, 'Prevalence of De-Quervain's Tenosynovitis among Medical Student of Allama Iqbal Medical College', *Journal of Riphah College of Rehabillitation Sciences*. 2015; vol.3, no.1, h.95-98.
- [9] Kisner, C & Colby, L. *Terapi Latihan Dasar dan Teknik*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.2017.
- [10] Mujiyanto. *Cara Ceoat Mengatasi 10 Besar Kasus Muskuloskeletal dalam Praktik Klinik Fisioterapi*. Jakarta : CV Trans Info Media. 2013.
- [11] Hadi, B. *Perbedaan Efek Antara Transverse Friction dan Kinesio Taping pada Intervensi Ultrasound terhadap Nyeri dan Disabilitas Ibu Jari pada Kasus De Quervain's Syndrome*. Naskah Publikasi. Universitas Esa Unggul Jakarta.2012.
- [12] Hakim, S. *Hubungan Antara Intensitas Penggunaan Handphone Blackberry dengan Kejadian De Quervain Syndrom pada Mahasiswa Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Tahun 2013*. Naskah Publikasi. Universitas Hasanuddin Makasar.2013.
- [13] Ramadhan, B, 'Inilah Perkembangan Digital Indonesia Tahun 2018', *Good News From Indonesia*, dilihat 6 Februari 2019, <https://www.goodnewsfromindonesia.id/2018/02/06/inilah-perkembangan-digital-indonesia-tahun-2018>,2018