

Efektivitas pemberian latihan peregangan dan penguatan tangan terhadap fungsi tangan pada pasien artritis reumatoid = Effectiveness of hand stretching and strengthening exercises on hand function in rheumatoid arthritis patients

Intan Sari Maharani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920559138&lokasi=lokal>

Abstrak

Tesis ini disusun untuk mengetahui efektivitas pemberian latihan peregangan dan penguatan tangan terhadap fungsi tangan pada pasien artritis reumatoid (AR). Penelitian ini menggunakan desain randomized control trial. Sebanyak 32 subjek penelitian yang merupakan pasien AR yang memenuhi kriteria remisi Boolean, tidak ada deformitas, dan berusia 18-60 tahun, dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kontrol. Pada kelompok perlakuan diberikan edukasi mengenai latihan tangan yang terstruktur dan dibekali dengan buku panduan dan video untuk latihan di rumah. Kelompok perlakuan melakukan latihan di rumah dengan frekuensi 2x/hari, selama enam minggu. Latihan disupervisi 3x/minggu melalui video call. Sedangkan kelompok kontrol, diberikan edukasi mengenai pentingnya latihan tangan di rumah, tanpa diberikan buku panduan dan video latihan, serta tidak dilakukan supervisi latihan. Kedua kelompok di evaluasi setiap dua minggu melalui metode kunjungan rumah. Fungsi tangan yang merupakan luaran penelitian ini adalah nilai lingkup gerak sendi (LGS) tangan (palmar dan dorsal fleksi, defisit fleksi, defisit ekstensi, defisit oposisi) yang diukur dengan goniometer, kekuatan genggam dan kekuatan pinch yang diukur dengan dinamometer handgrip dan pinch JAMAR pada tangan dominan. Analisis statistik dilakukan untuk membandingkan perubahan nilai luaran tersebut sesudah intervensi pada kedua kelompok. Hasil penelitian menyatakan bahwa pemberian latihan peregangan dan penguatan tangan efektif dalam meningkatkan fungsi tangan pada pasien AR dalam waktu 6 minggu. Pada kelompok perlakuan terdapat peningkatan nilai LGS palmar fleksi 5 (0-10) derajat, dorsal fleksi 5 (5-20) derajat, kekuatan genggam 6,04 ($\pm$ 2,6) kgf, kekuatan lateral pinch 0,97 (0,66-1,67) kgf, kekuatan three-jaw chuck 1 ($\pm$ 0,58) kgf, dan kekuatan tip pinch 1 (0,67-1,33) kgf. Sedangkan pada kelompok kontrol tidak didapatkan peningkatan LGS dan cenderung terjadi penurunan pada kekuatan genggam dan kekuatan pinch. Diperlukan penelitian lebih lanjut untuk merancang program latihan tangan yang aman pada pasien AR yang sudah mengalami deformitas.

.....This thesis was aimed to determine the effectiveness of giving hand stretching and strengthening exercises on hand function in rheumatoid arthritis (RA) patients. The study design was randomized control trial. A total of 32 subjects who were AR patients who met the criteria for Boolean remission, had no deformity, and aged between 18-60 years old, were divided into two groups, namely the intervention and control groups. The intervention group was given education about structured hand exercises and was provided with guidebook and video for exercise at home. The intervention group did exercise at home with a frequency of 2x/day, for six weeks. Exercise is supervised 3x/week by video call. Meanwhile, the control group was given education about the importance of hand exercises at home, without being given a guidebook and exercise video, also not supervise for exercises. Both groups were evaluated every 2 weeks through the home visit method. Hand function which is the outcome of this study is the value of the range of motion (ROM) of the hand (palmar and dorsal flexion, flexion deficit, extension deficit, opposition deficit)

as measured by a goniometer, grip strength and pinch strength as measured by JAMAR handgrip and pinch dynamometer on dominant hand. Statistical analysis was performed to compare the changes in the outcome values after the intervention in the two groups. The results of the study stated that giving stretching and strengthening exercises was effective in improving hand function in RA patients within 6 weeks. In the treatment group there was an increase in ROM palmar flexion values of 5 (0-10) degrees, dorsal flexion of 5 (5-20) degrees, grip strength 6.04 ($\pm$ 2.6) kgf, lateral pinch strength 0.97 (0.66 -1.67) kgf, three-jaw chuck strength 1 ($\pm$ 0.58) kgf, and tip pinch strength 1 (0.67-1.33) kgf. Meanwhile, in the control group, there was no increase in ROM and there was a tendency for a decrease in grip strength and pinch strength. Further research is needed to design a safe hand exercise program in AR patients who already have deformities.