

**PENGARUH MYOFASCIAL RELEASE TERHADAP
PENURUNAN NYERI CARPAL TUNNEL
SYNDROME PADA PEMAIN GAME
PLAYSTATION MAKAM HAJI
SURAKARTA**

Sakti Affandi*, Indarwati**, Yudha Wahyu Putra***

Saktiaffandi0170@gmail.com

STIKES 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: *Carpal tunnel syndrome* nyeri pergelangan tangan akibat gerakan secara berulang dan berlebihan. *Carpal tunnel syndrome* merupakan gangguan yang dilaporkan sebagai gangguan muskuloskeletal pada pergelangan tangan. Pemain playstation berjumlah 15 orang dari 33 pemain memiliki gangguan muskuloskeletal pada pergelangan tangannya akibat gerakan secara berulang dan berlebihan. *Myofascial release* salah satunya sebagai modalitas fisioterapi *carpal tunnel syndrome*. **Tujuan:** Penelitian ini Untuk mengetahui pengaruh *myofascial release* terhadap penurunan nyeri *Carpal Tunnel Syndrome*. **Metode:** penelitian ini menggunakan *pre-experiment* dengan *one groups pre test and post test design*, teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Jumlah populasi 33 dan Sampel 15 responden yang semua diberikan perlakuan *myofascial release*. Analisa univariat untuk mengetahui karakteristik responden dan karakteristik nyeri sedangkan analisa bivariat menggunakan *wilcoxon*. **Hasil:** Uji univariat diperoleh hasil penderita *carpal tunnel syndrome* didominasi pada usia 17-25 tahun dan karakteristik nyeri didominasi nyeri ringan. Hasil uji *wilcoxon* menunjukkan ada pengaruh *myofascial release* terhadap penurunan nyeri *carpal tunnel syndrome* dengan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$). **Kesimpulan:** *myofascial release* dapat mengurangi nyeri *carpal tunnel syndrome* pada pemain game playstation makam haji surakarta.

Kata Kunci : *Myofascial release, Nyeri, Carpal tunnel syndrome*

* Mahasiswa Fisioterapi STIKES Aisyiyah Surakarta

** Dosen D3 Perawat STIKES Aisyiyah Surakarta

*** Dosen DIV Fisioterapi Aisyiyah Surakarta