

PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS CA ENDOMETRIUM METASTASIS POST OP HISTEREKTOMI KESEHATAN REPRODUKSI : A CASE STUDY

Riza Marcelia^{1*}, Agus Widodo², Nurul Latifah³

Universitas Muhammadiyah Surakarta^{1,2}, RS PKU Muhammadiyah Yogyakarta³

*Corresponding Author : rizamarcelia2603@gmail.com

ABSTRAK

Endometriosis adalah suatu penyakit yang di mana terjadi pertumbuhan jaringan yang tumbuh pada lapisan luar rahim yang berbentuk daging atau bisa disebut juga tumor jinak. Oleh karena itu dilakukan tindakan pembedahan Seperti Histerectomy dimana dapat mengatasi fibroid atau miom dan kanker pada rahim dengan cara operasi mengangkat rahim. Setelah itu melakukan tindakan operasi pasien akan mengalami kelemahan pada organ-organ dalam tubuhnya terutama pada bagian perut dan area reproduksi serta kelemahan pada otot gerak bawah dikarenakan pasien lama tidak melakukan mobilisasi. Diagnosis ini didasarkan pada pemeriksaan fisik pasien. Penelitian penatalaksanaan fisioterapi pada kasus Ca Endometrium Metastasis Post Op Histerektomi kesehatan reproduksi dengan menggunakan terapi latihan seperti Pelvic floor muscle, Pelvic Tilt, abdominal muscle Exercise, mobilisasi Exercise dan ankle pumping. Studi kasus ini dilakukan pada bulan Oktober 2024 dengan tiga kali pertemuan. Dengan didapatkan hasil penurunan rasa nyeri pada anggota gerak bawah dan peningkatan kemampuan fungsional secara mandiri tanpa bantuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penggunaan terapi latihan sangat berguna dan dapat menjadi pilihan yang efektif untuk pasien Post Op Histerectomy.

Kata kunci : *abdominal muscle exercise, ankle pumping, Ca endometriosis, fisioterapi, hysterectomy, mobilisasi exercise, pelvic floor muscle, pelvic tilt*

ABSTRACT

Endometriosis is a disease in which there is a growth of tissue that grows on the outer layer of the uterus in the form of meat or can also be called a benign tumor. After surgery, the patient will experience weakness in the organs in her body, especially in the abdomen and reproductive area and weakness in the lower limb muscles due to the patient not mobilizing for a long time. This diagnosis is based on a physical examination of the patient. Research on physiotherapy management in cases of Ca Endometrial Metastasis Post Op Hysterectomy reproductive health by using exercise therapy such as Pelvic floor muscle, Pelvic Tilt, abdominal muscle Exercise, Exercise mobilization and ankle pumping. This case study was conducted in October 2024 with three meetings. With the results obtained a decrease in pain in the lower limbs and an increase in functional ability independently without assistance. This study aims to determine the effectiveness of the use of exercise therapy is very useful and can be an effective choice for Post Op Hysterectomy patients.

Keywords : *physiotherapy, Ca endometriosis, hysterectomy, pelvic floor muscles, pelvic tilt, abdominal muscle exercises, mobilization exercises, ankle pumping*

PENDAHULUAN

Endometriosis merupakan suatu penyakit ginekologi kronis yang ditandai dengan perkembangan dan keberadaan elemen histologis seperti kelenjar dan stroma endometrium

pada posisi anatomis dan organ di luar rongga rahim. Lokalisasi lesi endometriosis dapat bervariasi, dengan fokus penyakit yang paling sering terlibat adalah ovarium, diikuti oleh ligamen latum posterior, cul-de-sac anterior, cul-de-sac posterior, dan ligamen uterosakral juga dapat memengaruhi saluran usus dan sistem kemih, seperti ureter, kandung kemih, dan uretra (Eleni S. 2023). Endometriosis diperkirakan mempengaruhi sekitar 10% hingga 15% wanita usia reproduksi, sedangkan prevalensi ini meningkat hingga 70% pada wanita dengan nyeri panggul kronis. Menurut survei terbaru dari *National Hospital Discharge Survey*, 11,2% dari semua wanita berusia antara 18 dan 45 tahun yang dirawat di rumah sakit karena penyebab genitourinari didiagnosis dengan endometriosis, dan sekitar 10,3% wanita yang telah menjalani operasi ginekologi memiliki endometriosis (Parasar P, Ozcan 2017).

Eksisi bedah lesi endometriosis menyebabkan penurunan kadar interleukin dalam serum, yang memberikan bukti bahwa produksi lokalnya merupakan alasan reaksi inflamasi sistematis. Faktor nekrosis tumor-alfa (TNF- α) dalam cairan peritoneum, yang diproduksi oleh makrofag peritoneum, memperkuat respons inflamasi (Tao Y, Zhang Q. 2011). Contohnya pada proses pembedahan menggunakan metode Hysterectomy. Histerektomi adalah suatu prosedur pembedahan pengangkatan uterus yang dilakukan oleh ahli kandungan. Histerektomi total dilakukan jika prosedur pembedahan mengangkat seluruh uterus termasuk serviks, korpus dan fundus uteri (Kiki 2023).

Penatalaksanaan pada penelitian ini dilakukan pada Ca Endometrium Post Op Histerektomi ini menggunakan metode fisioterapi. Fisioterapi adalah pelayanan kesehatan yang diberikan oleh fisioterapis kepada individu atau kelompok untuk mengoptimalkan kualitas hidup dengan mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi yang berpotensi terganggu akibat penuaan, cedera, penyakit, gangguan fisik dan faktor lingkungan sepanjang siklus hidup. melalui cara manual. , peningkatan kemampuan gerak, penggunaan peralatan, pelatihan fungsi, dan komunikasi (WorldPhysiotherapy, 2019).

Perawatan fisioterapi dapat berupa Terapi latihan berupa Pelvic floor muscle, Pelvic Tilt, abdominal muscle Exercise, mobilisasi Exercise dan ankle pumping Oleh karena itu, tidak ada keraguan bahwa pengobatan fisioterapi merupakan pilihan yang menjanjikan untuk mengurangi rasa nyeri pada Post Op histerectomy. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Penatalaksanaan Fisioterapi pada kasus Ca Endometrium Metastasis Post Op Histerektomi kesehatan reproduksi menggunakan Exercise yang telah ditentukan.

PRESENTASI KASUS

Ny. N merupakan seorang ibu rumah tangga yang berusia 63 tahun adalah pasien rawat inap yang mengalami nyeri pada perut dan kesulitan bergerak akibat pasca operasi pengangkatan rahim dikarenakan terdapat daging tumbuh atau endometriosis pada rahimnya pada bulan Oktober tahun 2024 dan mengalami kesulitan untuk buang air besar maupun buang air kecil.

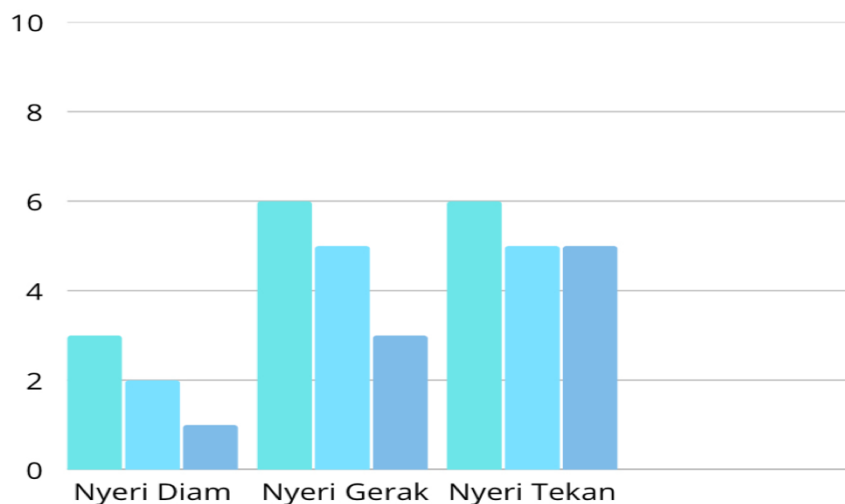
METODE

Metode yang dilakukan pada penelitian ini adalah studi kasus yang dilakukan pada tanggal 01 Oktober- 03 Oktober 2024. Pemberian Terapi latihan berupa Pelvic floor muscle, Pelvic Tilt,

abdominal muscle Exercise, mobilisasi Exercise dan ankle pumping dengan dosis 3 set 8 kali repetisi waktu 3 kali sehari dengan kemampuan pasien diharapkan dapat mengurangi nyeri dan meningkatkan kan mobilitas gerak sendi pasien serta mengembalikan kemampuan fungsional aktivitas sehari- hari pasien. Instrumen alat pengukuran yang digunakan yaitu berupa Numeric Rating Scale (NRS) untuk mengukur derajat nyeri yang dirasakan oleh pasien dimana untuk skor nyeri diam 3 nyeri gerak 6 dan nyeri tekan 6 , pemeriksaan aktivitas fungsinya menggunakan Kenny self care index pasien perlu bantuan banyak,

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada hasil pengukuran menggunakan Numeric Rating Scale (NRS), terdapat penurunan rasa nyeri pada nyeri diam yang semula 3 turun menjadi 1, penurunan pada nyeri gerak 2 dan nyeri tekan 4 setelah dilakukan terapi sebanyak 3x.



Grafik 1. Pengukuran Nyeri dengan Menggunakan *Numeric Rating Scale*

Hasil yang didapat pada grafik 1, sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa Terapi latihan dapat mengurangi nyeri dan meningkatkan mobilisasi gerak pasien. dengan terapi latihan seperti Diafragmatic Breathing exercise bertujuan untuk meningkatkan kekuatan otot abdominal sehingga dapat mengurangi nyeri(Mostafa, Wafaa 2022). Abdominal muscle exercise bertujuan untuk mengaktivasi otot perut (mencegah kelemahan dan spasme pada otot back) dan aktivasi otot multivodus(zarfasheen 2021). Pelvic tilt bertujuan untuk meningkatkan dan memelihara otot dasar panggul(Havlickova 2021). Ankle pumping untuk memelihara kekuatan ROM AGB(Jhon 2023)

Mobilisasi bertujuan untuk mengoptimalkan kemampuan fungsional pasien agar bisa beraktivitas secara mandiri dengan postur yang baik dan benar, mobilisasi dilakukan secara bertahap mulai dari miring kanan kiri, tidur ke duduk, duduk ke berdiri, serta berdiri ke jalan sejauh 100 meter(Ponmathi P 2016). Pemberian home program seperti menyarankan pasien untuk melakukan pernapasan yang benar, seperti yang dicontohkan terapis, menyarankan

untuk setiap hari latihan penguatan pada deep muscle (multifidus, diaphragma, pelvic floor) seperti yang dicontohkan terapis. Dan pemberian Edukasi seperti Pasien disarankan untuk menghindari gerakan ekstrim yang membebani perut bawah (area insisi) dengan edukasi batuk yang benar, cara dari tidur ke duduk, duduk ke berdiri, dan berjalan serta edukasi postur) dan Pasien disarankan untuk tidak mengangkat barang yang berat sebelum 6 bulan.

Pada hasil pengukuran kemampuan aktivitas fungsional pasien menggunakan Kenny self care index didapatkan hasil pasien dapat melakukan aktivitas nya dengan mandiri penuh dan masih ada berbagai aktivitas yang memerlukan bantuan seperti pada tabel berikut.

Tabel 1. Pengukuran Kenny Self Care Index

Kenny Self Care Index (post op Histerectomy)	Score		
	T1	T2	T3
Aktivitas ditempat tidur :			
bergeser di bed	3	3	4
Bangun dan duduk	1	2	4
Transfer dalam posisi :			
Duduk	1	3	4
berdiri	0	2	3
Penggunaan toilet	0	0	2
Ambulasi			
Berjalan	0	0	3
Naik turun tangga	0	0	0
Penggunaan kursi roda	0	0	2
Berpakaian			
Anggota gerak atas dan Trunk bagian atas	2	3	4
Anggota gerak bawah dan Trunk bagian bawah	1	2	2
Kaki	1	1	2
Higine			
Wajah, Rambut, Lengan	4	4	4
Trunk	2	2	2
Anggota bawah	1	2	2
Bladder and Bowel	0	1	3
Makan	4	4	4

Keterangan:

0 = ketergantungan penuh

1 = perlu bantuan banyak

2 = perlu bantuan sedang

3 = perlu bantuan minimal/ pengawasan

4 = mandiri penuh

Pada tabel 1, didapatkan hasil saat beraktivitas di tempat tidur mengalami kenaikan dengan skor 4 yaitu mandiri penuh. Transfer dalam posisi duduk mengalami kenaikan dari terapi 1 yaitu 1 sampai dengan terapi 3 menjadi 4, berdiri terapi 1 yaitu 0 dan diterapi ke 3

menjadi 3, penggunaan toilet terapi 1 yaitu 0 terapi ke 3 menjadi 2. Pada ambulasi untuk berjalan pada terapi 1 yaitu 0 terapi ke 3 menjadi 3, Naik turun tangga belum dilakukan, dan penggunaan kursi roda terapi 1 yaitu 0 di terapi ke 3 menjadi 2. Berpakaian AGA dan Trunk bagian atas pada terapi 1 yaitu 2 saat terapi ke 3 menjadi 4, pada AGB dan Trunk bagian bawah pada terapi 1 yaitu 1 terapi ke 3 menjadi 2, untuk kaki terapi 1 yaitu 1 terapi ke 3 menjadi 2. Higiene untuk Wajah, rambut, dan lengan bisa pada terapi 1 sampai terapi ke 3 skors nya tetap 4, pada Trunk terapi 1 sampai terapi ke 3 skornya tetap 2, Anggota bawah pada terapi 1 yaitu 1 di terapi ke 3 menjadi 2, bladder and bowel pasien terapi 1 yaitu 0 terapi ke 3 menjadi 3. Untuk makan dari terapi 1 sampai 3 skornya tetap 4

KESIMPULAN

Penatalaksanaan fisioterapi pada kasus Ca Endometrium Metastasis Post Op Histerektomi dengan Terapi latihan Pelvic floor muscle, Pelvic Tilt, abdominal muscle Exercise, mobilisasi Exercise dan ankle pumping Langkah-langkah terapeutik ditemukan efektif untuk mengurangi Komplikasi, untuk memperkuat otot dasar panggul dan Meningkatkan hasil pasien. Fisioterapi akan berkonsentrasi untuk mengurangi gejala dari operasi dan mempersiapkan Pasien untuk pemulihan yang cepat dan mengurangi masa inap di rumah sakit. dengan 3 kali pertemuan membuktikan adanya perubahan penurunan derajat nyeri menggunakan Numeric Rating Scale (NRS) dengan hasil terdapat penurunan rasa nyeri diam yang semula 3 turun menjadi 1 nyeri gerak yang semula 6 menjadi 3 dan nyeri tekan yang semula 6 menjadi 5, dan kemampuan fungsionalnya yang di mana menggunakan Kenny self care pasien semulanya sangat ketergantungan kini telah mengalami peningkatan secara mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti menyampaikan terimakasih atas dukungan, inspirasi dan bantuan kepada semua pihak dalam membantu peneliti menyelesaikan penelitian ini, termasuk pada peserta yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian hingga selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Austen el OstaTools for measuring individual self-care capability: a scoping review*Article number: 1312 (2023).
- Eleni S. Tsamantioti :Heba Mahdy. 2023 NCBI Bookshelf. *A service of the National Library of Medicine, National Institutes of Health. Karolinska Institute. . Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2025.*
- Institute of Medical Sciences University*, 14(4), p.429. Ponmathi, P., Krishnan, N.S. and Sivakumar, V.P.R., 2016. *Effectiveness Of Physiotherapy Management Over Quality Of Life In Post Operative Gynaecological Patients. International Journal Of Physiotherapy*, 3(5), pp.497-501.
- Kiki Uniatri Thalib INNOVATIVE: *Journal Of Social Science Research* Volume 5 Nomor 2 Tahun 2025 Page 1449-1456 E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246.
- Kiran Sharma, Meena Gupta, Raju K Parasher, Jasmine Kaur Chawla. *Comparing the Efficacy of Dynamic Neuromuscular Stabilization Exercises and Kegel Exercises on Stress Urinary Incontinence in Women: A Pilot Study*
- Martins, E. M., Girola, C., Wolpe, R. E., Roza, T. H. D., & Honório, G. J. D. S. (2020). *Physiotherapeutic approach in women undergoing hysterectomy. Manual Therapy*,

Posturology & Rehabilitation Journal, 18, 1–10.

<https://doi.org/10.17784/mtprehabjournal.2020.18.785>

Parasar P, Ozcan P, Terry KL. *Endometriosis: Epidemiology, Diagnosis and Clinical Management*. Curr Obstet Gynecol Rep. 2017 Mar;6(1):34-41.

Revathi. S1, Bhavana. R2, Vijaya Krishna Kumar3. *Effects of Physical Therapy on Quality of Life in Post Hysterectomy Patients*. International Journal of Health Sciences and Research Vol.12; Issue: 5; May 2022 Website: www.ijhsr.org ISSN: 2249-9571

Shannon M Nugent. 2021. *Associations of Pain Numeric Rating Scale Scores Collected during Usual Care with Research Administered Patient Reported Pain Outcomes*

Saklecha AV et al (2021) *Effectiveness of pelvic floor exercises after subtotal hysterectomy and hematometra in a 39-year-old female with urinary incontinence: a case study*. Journal of Medical P'ceutical & Allied Sciences, V 10-I 3, 1081

Symptom experience in women after hysterectomy- PubMed [Internet source, 2020c]. [cited 2020 Dec6]. Available from: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/11572527/>

Tao Y, Zhang Q, Huang W, Zhu H, Zhang D, Luo W. *The peritoneal leptin, MCP-1 and TNF- α in the pathogenesis of endometriosis-associated infertility*. Am J Reprod Immunol. 2011 Apr;65(4):403-6.

University of Melbourne. *The Effect of a Physiotherapy Treatment Program on Pelvic Function Following Gynaecological Surgery* [Internet source, 2009]. clinicaltrials.gov; 2009 Feb [cited 2020 Dec 3]. Report No.: ncT00222326. Available from: <https://clinicaltrials.gov/ct2/show/ncT00222326>

Wafaa Mostafa Ahmed Gamel, and Salwa A. Mohammed2. *The Effects of Early Ambulation and Deep Breathing Exercise on Anxiety, Pain and Physiological Parameters in Patients Undergoing Abdominal Hysterectomy*. Medical Surgical Department, Faculty of Nursing, Fayoum University. Egyptian Journal of Health Care, 2022 EJHC Vol. 13.No.1

Worldphysiotherapy.(2019).Worldphysiotherapy.<https://world.physio/id/policy/ps-description> pt

Zarfasheen Zia, Huma Riaz, Iqra Imtiaz, *Effect of early physical therapy interventions on post-operative ileus following abdominal hysterectomy* 2023 Mar;73(3):650-652. doi: 10.47391/JPMA.5447.