

**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI  
PADA *TENDINITIS SUPRASPINATUS DEXTRA*  
DI RSUD SRAGEN**



**Disusun Oleh :**

**Wita Okmala Iftitah Khairul Mizan**

**J100090048**

Karya Tulis Ilmiah

di Ajukan Guna Memenuhi Sebagian Prasyaratan

Mencapai Gelar Diploma III Fisioterapi

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III FISIOTERAPI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

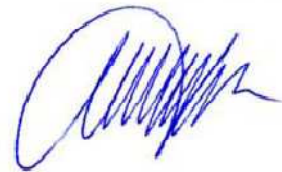
**2012**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi *Tendinitis Supraspinatus Dextra* Dengan Modalitas *IR* Dan Terapi Latihan di RSUD Sragen”, ini telah disetujui dan disahkan oleh pembimbing Karya Tulis Ilmiah untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa Prodi D III Jurusan Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Surakarta, 21 Juli 2012

Pembimbing KTI,

A handwritten signature in blue ink, consisting of a large, stylized initial 'T' followed by several vertical strokes and a horizontal line at the end.

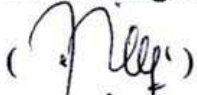


(Totok Budi Santoso, SSt.FT. M.PH)

## HALAMAN PENGESAHAN

Dipertahankan di depan dosen penguji Karya Tulis Ilmiah mahasiswa.  
Program Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah  
Surakarta dan diterima untuk melengkapi tugas-tugas dan memenuhi persyaratan  
untuk menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Fisioterapi.

Hari : Sabtu  
Tanggal : 21 Juli 2012

### Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah

Nama Terang	Tanda Tangan
Penguji I : Umi Budi Rahayu, SSt. FT, S.Pd, M. Kes	(  )
Penguji II : Sugiono, SSt. FT	(  )
Penguji III : Totok Budi Santoso, SSt. FT., M. PH	(  )

Disahkan Oleh  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta



(Ari Widodo, A.Kep, M.Kes)

## PERNYATAAN

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Wita Okmala Iftitah Khairul Mizan

Nim : J100 090 048

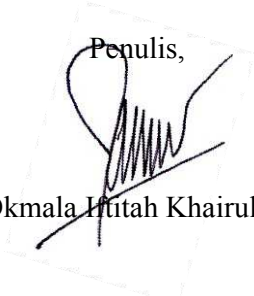
Fakultas : Ilmu Kesehatan

Jurusan : Fisioterapi DIII

Judul KTI : PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA  
*TENDINITIS SUPRASPINATUS DEXTRA* DI RSUD  
SRAGEN

Menyatakan bahwa karya tulis tersebut adalah karya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian atau keseluruhan, kecuali dalam bentuk yang telah disebutkan sumbernya. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya, dan apabila tidak benar bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Surakarta, 21 Juli 2012

Penulis,  
  
Wita Okmala Iftitah Khairul Mizan

## MOTTO

**"Dan barangsiapa yang bertawakal kepada Allah niscaya Allah akan mencukupkan keperluannya. Sesungguhnya Allah melaksanakan urusan yang dikehendaki-Nya. Sesungguhnya Allah telah mengadakan ketentuan bagi tiap-tiap sesuatu"**

**(Q.S. At-Thalaq : 3)**

**"Tanda kecerdasan sejati bukanlah pengetahuan tapi imajinasi. Imajinasi lebih berharga daripada ilmu pengetahuan. Logika akan membawa Anda dari A ke B. Imajinasi akan membawa Anda kemana-mana"**

**(Albert Einstein)**

**"Hidup bukan untuk mencari seseorang yang sempurna untuk dicintai. Tetapi bagaimana kita mencintai seseorang yang tidak sempurna dengan cara yang sempurna. Kesempurnaan hanya milik Allah semata. Bukan kesempurnaan yang mendatangkan cinta, tetapi cinta yang mendatangkan kesempurnaan"**

**(ZaLoVa)**

## PERSEMBAHAN

- Syukur Alhamdulillah selalu terucap atas segala limpahan nikmat dan segala hidayah serta karunia yang telah diberikan ALLAH SWT yang Maha segalanya sehingga bisa menyelesaikan setiap huruf dan goresan yang tertuang dikertas ini dengan baik.
- Bapak Ibu tercinta terima kasih atas semua cinta dan kasih sayang serta dukungannya selama ini. Kalian tak pernah berhenti untuk selalu mengarahkan dan membimbing dalam perjalanan hidupku tanpa mengenal lelah. Segala Pengorbananmu tak pernah bisa ternilai dan takkan pernah terbalaskan oleh apapun.
- Ivana Lucia Puspitasari beserta keluarga & Wita Agil Ananda adikku tersayang terima kasih untuk semua kasih sayang serta dukungannya selama ini. Aku bangga punya saudara seperti kalian, kalian adalah saudara terbaikku, tanpa kalian aku bukanlah apa-apa.
- Bapak Totok Budi Santoso selaku pembimbing yang telah meluangkan waktunya, mengarahkan dan membimbing dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini sehingga bisa terselesaikan dengan baik.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadirat Allah Subhanahuwata'ala karena atas rahmat serta hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik dan lancar. Karya Tulis Ilmiah ini berjudul “Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi *Tendinitis Supraspinatus Dextra* dengan Modalitas *IR* dan Terapi Latihan di RSUD Sragen” disusun dalam rangka melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat-syarat untuk menyelesaikan program pendidikan Diploma III Jurusan Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

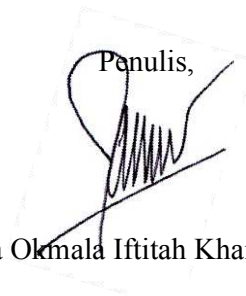
Penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiadji, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Bapak Arif Widodo A. Kep., M.Kes, selaku Ketua Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Umi Budi Rahayu, SST.FT., M.Kes, selaku Ketua Prodi DIII Jurusan Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Ibu Dwi Rosella Komalasari, S.St.Ft, M.Fis, selaku Dosen Pembimbing Karya Tulis Ilmiah yang telah membimbing dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
5. Bapak Agus Widodo, SST., M.Kes, selaku pembimbing akademis yang telah membimbing penulis selama menjalani masa perkuliahan di Jurusan Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.

6. Bapak dan Ibu Pembimbing Praktek lahan, selaku pembimbing praktek klinik di RSUD Sragen.
7. Bapak Sularno, yang telah bersedia menjadi pasien studi kasus dalam Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Dosen, staf dan karyawan Prodi D III Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
9. Rekan-rekan dan sahabat seangkatan yang telah menjalani masa-masa suka duka selama di bangku perkuliahan.
10. Ayah, Bunda, Adik, Keluarga, dan yang selalu memberikan inspirasi dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Semua pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan dan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari akan adanya kekurangan dan kesalahan yang disebabkan oleh keterbatasan pengetahuan dan pengalaman penulis, sehingga Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun guna tercapainya Karya Tulis Ilmiah yang lebih baik. Semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat baik bagi penulis maupun bagi pembaca.

Surakarta, 21 Juli 2012

Penulis,  
  
Wita Okmala Ifitah Khairul Mizan



## ABSTRAK

### PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA *TENDINITIS SUPRASPINATUS DEXTRA* DI RSUD SRAGEN (WITA OKMALA IFTITAH KHAIRUL MIZAN, J100090048, 2012)

Karya Tulis Ilmiah

Halaman isi 53 Halaman, Daftar Gambar 3, Daftar Tabel 12, Lampiran 2

**Latar Belakang:** *Tendinitis Supraspinatus* adalah peradangan pada *tendon m. supraspinatus* di bahu. Tendon ini sering mengalami cedera akibat gerakan lengan yang terlalu sering digerakan melampaui kepala secara berulang-ulang. Hal tersebut mengakibatkan permasalahan kapasitas fisik berupa nyeri, penurunan kekuatan otot, dan keterbatasan ruang lingkup gerak sendi pada daerah bahu yang terlibat. Fisioterapi merupakan pelayanan kesehatan dalam bidang ruang lingkup gerak manusia, yang berperan mengatasi permasalahan tersebut diatas.

**Metode:** Metode dalam penatalaksanaan masalah tersebut, dengan menggunakan modalitas sinar *Infra Red (IR)* dan terapi latihan, yang kemudian dievaluasi menggunakan metode pengukuran nyeri (VDS), pengukuran kekuatan otot (MMT), *Shoulder Pain And Disability Index (SPADI)*, dan pengukuran Ruang lingkup gerak sendi (gneo-meter).

**Tujuan:** Tujuan metode penatalaksanaan diatas untuk mengetahui manfaat pemberian terapi dengan modalitas IR dan terapi latihan dalam mengurangi nyeri, peningkatan lingkup gerak sendi, dan peningkatan kekuatan otot penggerak sendi bahu kanan.

**Hasil:** Setelah diberikan tindakan fisioterapi sebanyak enam kali didapatkan hasil; adanya penurunan nyeri, peningkatan kekuatan otot, peningkatan LGS, dan peningkatan kemampuan fungsional bahu kanan.

**Kata Kunci :** *Tendinitis Supraspinatus, IR, Terapi Latihan*

## ABSTRACT

**PHYSIOTHERAPY MANAGEMENT  
ON THE DEXTRA SUPRASPINATUS TENDINITIS  
IN RSUD SRAGEN  
(WITA OKMALA IFTITAH KHAIRUL MIZAN, J100090048, 2012)  
Scientific Writing  
Contents page 53 , List of Picture 3, List of Tables 12, Attachments 2**

**Background :** Tendinitis is inflammation of the supraspinatus tendon. supraspinatus in the shoulder. Tendon injuries are often caused by movement of the arm that is too often driven beyond the head repeatedly. This resulted in problems of physical capacity in the form of pain, decreased muscle strength, and the limited scope of the shoulder joint motion in the area involved. Physiotherapy is a health service in the scope of human motion, which acts to overcome the problems mentioned above.

**Methods :** The method in the management of these issues, using the modalities beam Infra Red (IR) and exercise therapy, which is then evaluated using the methods of measuring pain (VDS), measurements of muscle strength (MMT), Shoulder Pain And Disability Index (SPADI), and measurement The scope of joint motion (gneometer).

**Objectives :** The purpose of the management of the above methods to determine the benefits of IR therapy modalities and exercise therapy in reducing pain, increasing range of motion, and increase muscle strength driving the right shoulder joint.

**Results :** After a given action physiotherapy six times the results obtained; a decrease in pain, increased muscle strength, increase in LGS, and improved functional capabilities right shoulder.

**Keyword :** *Supraspinatus Tendinitis, IR, Therapeutic Exercises*

## DAFTAR ISI

Halaman Judul luar .....	i
Halaman Judul dalam.....	i
Halaman Persetujuan .....	ii
Halaman Pengesahan .....	iii
Pernyataan .....	iv
Halaman Motto.....	v
Halaman Persembahan.....	vi
Kata Pengantar.....	vii
Abstrak (Bahasa Indonesia) .....	ix
Abstrak (Bahasa Inggris).....	x
Daftar Isi.....	xi
Daftar Tabel.....	xiii
Daftar Gambar .....	xiv
Bab I Pendahuluan	
A. Latar belakang masalah .....	1
B. Rumusan masalah.....	4
C. Tujuan.....	4
D. Manfaat.....	5
Bab II Tinjauan Pustaka	
A. Anatomi Sendi <i>Glenohumeral</i> .....	6
B. Diskripsi Problematik Fisioterapi.....	20
C. Teknologi Intervensi fisioterapi .....	21
Bab III Pelaksanaan studi kasus	
A. Pengkajian fisioterapi .....	26
B. Pelaksanaan fisioterapi .....	40

C. Evaluasi Terapi.....	42
Bab IV Hasil dan Pembahasan	
A. Pengurangan Nyeri .....	43
B. Peningkatan Kekuatan Otot .....	45
C. Peningkatan Lingkup Gerak Sendi.....	47
D. Peningkatan Aktivitas Fungsional.....	49
Bab V Kesimpulan dan Saran	
A. Kesimpulan .....	51
B. Saran.....	52
Daftar Pustaka	
Lampiran	
A. Lembar Konsultasi	
B. Curriculum Vitae Penulis	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Hasil Pemeriksaan Derajat Nyeri dalam Skala VDS.....	34
Tabel 3.2 Kriteria Penilaian Kekuatan Otot .....	35
Tabel 3.3 Kriteria Penilaian LGS Bahu Normal.....	36
Tabel 3.4 Hasil Pemeriksaan LGS Bahu Kanan.....	37
Tabel 3.5 <i>Shoulder Pain and Disability Index (SPADI)</i> .....	38
Tabel 3.6 Penilaian Skala Nyeri dengan <i>SPADI</i> .....	39
Tabel 3.7 Penilaian Kemampuan Fungsional dengan <i>SPADI</i> .....	39
Tabel 4.1 Evaluasi Nyeri dengan VDS .....	43
Tabel 4.2 Evaluasi Nyeri dengan <i>SPADI</i> .....	44
Tabel 4.3 Evaluasi Kekuatan Otot dengan MMT .....	45
Tabel 4.4 Evaluasi LGS dengan Goniometer .....	47
Tabel 4.5 Evaluasi Aktivitas Fungsional dengan <i>SPADI</i> .....	49

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Sendi bahu, sayatan pada bidang scapular tampak depan.....	7
Gambar 2.2 Sendi bahu tampak depan.....	10
Gambar 2.3 Sendi bahu setelah caput humeri ditanggalkan, tampak lateral.....	11