

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di era globalisasi seperti saat ini, setiap orang dituntut untuk dapat bersaing dan memiliki produktivitas kerja yang tinggi guna bersaing untuk tercapainya kehidupan yang layak seperti yang dicita-citakan setiap individu. Faktor kesehatan fisik merupakan salah satu modal utama dalam upaya pencapaian tujuan tersebut. Seseorang yang keadaan kesehatan fisiknya terganggu, tentunya akan mengakibatkan gangguan pula terhadap produktivitas kerjanya. Seperti seseorang yang mengalami nyeri pada persendian bahu misalnya, dalam melakukan aktivitas kerja dan kegiatan sehari-hari pastinya orang tersebut akan lebih sering merasakan kesakitan ketika bahunya digerakan. Hal ini dikarenakan sendi bahu merupakan salah satu persendian yang paling sering digunakan manusia untuk melakukan aktivitas sehari-hari termasuk ketika melakukan sebuah pekerjaan.

Sindroma nyeri bahu hampir selalu ditandai adanya rasa nyeri pada bahu saat melakukan aktivitas gerakan yang melibatkan sendi bahu sehingga yang bersangkutan ketakutan menggerakkan sendi bahu. Keadaan seperti ini bila dibiarkan dalam waktu yang relatif lama menjadikan bahu menjadi kaku. Nyeri bahu dengan penyebab gerak dan fungsi yang paling sering terjadi adalah disebabkan oleh *tendinitis supraspinatus* (Kuntono 2008).

Tendinitis adalah kondisi peradangan pada tendon. *Tendonopati* adalah istilah generik yang digunakan untuk menggambarkan kondisi klinis umum yang mempengaruhi tendon, yang menyebabkan nyeri, bengkak, atau penurunan kemampuan tendon. Tempat yang paling sering mengalami tendinitis adalah sebagai berikut; *Tendon Supraspinatus*, *Tendon bisipital*, dan *Tendon Achilles* (Helmi, 2012).

Tendinitis supraspinatus adalah suatu bentuk kondisi peradangan yang terjadi pada tendon otot *supraspinatus*. Bisa juga terjadi pada tendon *osseal*, atau tendon *muscular* (Donatelli 1987).

Penderita *tendinitis supraspinatus* dari tahun ke tahun terus meningkat, di Inggris 14%, di Belanda 12%, dan di Indonesia hamper 20% dari penduduknya pernah mengalami *tendinitis supraspinatus* (Sugiyono, 2007).

Tendon ini sering mengalami cedera dimana lengan harus digerakan melampaui kepala secara berulang; seperti melempar bola, mengangkat beban berat kearah bahu, melakukan *serve* pada olahraga menggunakan raket, serta berenang gaya bebas, gaya kupu-kupu, atau gaya punggung (Helmi, 2012).

Pada kondisi nyeri bahu akibat *tendinitis supraspinatus*, problematik yang timbul antara lain; (1) adanya rasa nyeri pada sekitar bahu yang mengalami peradangan. Nyeri akan terasa semakin berat ketika penderitanya menggunakan bahu untuk bergerak keatas melampaui kepala, seperti ketika meraih benda yang letaknya diatas, mengangkat benda ke atas terutama benda yang berat, menulis di papan tulis, menyisir rambut, dan lain-lain. Nyeri ini bersifat menetap di bahu yang akan terus dirasakan penderitanya setiap saat

baik ketika beraktivitas maupun ketika istirahat. (2) penurunan kekuatan otot bahu terutama ketika menggunakan lengan untuk mengangkat benda dalam posisi tegak lurus ke atas dan ke samping. (3) keterbatasan lingkup gerak sendi bahu dikarenakan penderitanya merasakan nyeri yang hebat ketika menggerakkan lengannya, terutama gerak lengan ke arah atas. (3) penurunan kemampuan fungsional bahu, hal ini dikarenakan adanya rasa nyeri, penurunan kekuatan otot penggerak bahu, dan keterbatasan lingkup gerak sendi bahu, sehingga penderitanya merasa tidak nyaman ketika menggunakan bahunya untuk melakukan aktivitas.

Pada kondisi *tendinitis supraspinatus* ini, fisioterapi berperan untuk mengurangi nyeri, mencegah kekakuan / keterbatasan sendi lebih lanjut, meningkatkan kekuatan otot sekitar bahu, dan membantu mengembalikan aktivitas fungsional pasien. Modalitas fisioterapi yang dapat digunakan untuk memberikan terapi pada kasus ini adalah *infra red*, *short wave diathermy*, *micro wave diathermy*, *transcutaneous electrical nerve stimulation*, dan terapi latihan.

Berdasarkan bahasan di atas, penulis memilih judul “Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kondisi *Tendinitis Supraspinatus Dextra* dengan modalitas *Infra Red (IR)* dan Terapi Latihan di RSUD Sragen”. Penatalaksanaan fisioterapi tersebut berupa *Infra Red (IR)*, terapi latihan dengan metode *free active exercize*, *finger ladder*, dan *Hold relax*, dengan alasan karena pada kasus ini terdapat keluhan berupa nyeri, keterbatasan LGS (dikarenakan

nyeri), serta penurunan kekuatan otot sekitar bahu dan penurunan kemampuan fungsional sendi bahu.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah diuraikan, dapat diperoleh rumusan masalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah pemberian terapi *Infra Red (IR)* dalam menurunkan nyeri bahu pada penderita *tendinitis supraspinatus dextra*?
2. Bagaimanakah pemberian terapi latihan berupa *free active exercize*, *finger ladder*, dan *Hold relax* dalam menurunkan nyeri bahu, meningkatkan kekuatan otot penggerak bahu, meningkatkan lingkup gerak sendi bahu, dan meningkatkan aktivitas fungsional bahu pada penderita *tendinitis supraspinatus dextra*?

C. Tujuan Penulisan

Tujuan penulisan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui bagaimana pemberian terapi *Infra Red (IR)* dalam menurunkan nyeri bahu pada penderita *tendinitis supraspinatus dextra*.
2. Untuk mengetahui bagaimana pemberian terapi latihan berupa *free active exercize*, *finger ladder*, dan *Hold relax* dalam menurunkan nyeri bahu, meningkatkan kekuatan otot penggerak bahu, meningkatkan lingkup gerak sendi bahu, dan meningkatkan aktivitas fungsional bahu pada penderita *tendinitis supraspinatus dextra*.

D. Manfaat Penulisan

Manfaat penulisan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi Penulis

Menambah dan memperluas pengetahuan tentang kondisi *tendinitis supraspinatus* dan bentuk-bentuk terapinya.

2. Bagi Fisioterapis

Menambah informasi kepada fisioterapis khususnya dan kepada tenaga kesehatan pada umumnya, bahwa modalitas fisioterapi berupa *IR* dan Terapi Latihan dengan metode *free active exercize*, *finger ladder*, dan *Hold relax* sangat efektif dalam penanganan terhadap kondisi *tendinitis supraspinatus* dalam upaya mengurangi nyeri, meningkatkan kekuatan otot, meningkatkan lingkup gerak sendi, dan meningkatkan aktivitas fungsional.

3. Bagi Rumah Sakit

Bermanfaat sebagai salah satu metode pelayanan fisioterapi yang dapat diaplikasikan kepada pasien dengan kondisi *tendinitis supraspinatus*, sehingga dapat ditangani secara optimal.

4. Bagi Pembaca

Memberikan pengetahuan lebih lebih dalam tentang kondisi *tendinitis supraspinatus* serta mengetahui manfaat dan penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *tendinitis supraspinatus dextra*.