

KARYA TULIS ILMIAH

PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA *CAPSULITIS*

***ADHESIVA DEXTRA* DI RUMKITAL**

dr. RAMELAN SURABAYA



Disusun oleh :

WURI RAHMAWATI

NIM : J100 070 O26

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan Guna Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi Syarat-syarat Untuk
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Fisioterapi

JURUSAN FISIOTERAPI

FALKUTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2010

BAB I

PENDAHULUAN

Pada hakekatnya pembangunan nasional adalah manusia seutuhnya, jasmani dan rohani yang dilaksanakan secara terarah, terpadu, menyeluruh dan berkesinambungan. Pembangunan di bidang kesehatan adalah penyelenggaraan upaya kesehatan mencapai kemampuan hidup sehat bagi setiap penduduk agar terwujud derajat kesehatan yang optimal sebagai barometer tingkat kesejahteraan dan kemajuan suatu bangsa (Depkes RI, 1992).

Hidup sehat pada dasarnya adalah keadaan yang tidak hanya terhindar dari rasa sakit ataupun penyakit, cacat dan kelemahan tetapi suatu keadaan yang meliputi sehat secara fisik, mental dan sosial. Tujuan Pembangunan Kesehatan Nasional yakni tercapainya kemampuan untuk hidup sehat bagi setiap penduduk agar dapat mewujudkan derajat kesehatan masyarakat yang optimal sebagai salah satu unsur kesehatan umum. Upaya kesehatan yang semula berupa upaya penyembuhan penderita, berkembang ke arah kesatuan upaya kesehatan untuk seluruh masyarakat yang mencakup upaya peningkatan (*promotive*), pencegahan (*preventive*), penyembuhan (*curative*), dan pemulihan (*rehabilitative*) yang bersifat menyeluruh, terpadu dan berkesinambungan (Depkes RI, 1992).

Fisioterapi adalah suatu bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu dan atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi selama daur kehidupan dengan menggunakan

penanganan secara manual, peralatan (fisik, elektroterapi dan mekanis), pelatihan fungsi, peningkatan gerak dan komunikasi.

A. Latar Belakang Masalah

Frozen shoulder merupakan rasa nyeri yang mengakibatkan keterbatasan lingkup gerak sendi (LGS) pada bahu. Mungkin timbul karena adanya trauma, mungkin juga timbul secara perlahan-lahan tanpa tanda-tanda atau riwayat trauma. Keluhan utama yang dialami adalah nyeri dan penurunan kekuatan otot penggerak sendi bahu dan keterbatasan LGS terjadi baik secara aktif atau pasif. *Frozen shoulder* secara pasti belum diketahui penyebabnya. Namun kemungkinan terbesar penyebab dari *frozen shoulder* antara lain *tendinitis*, *rupture rotator cuff*, *capsulitis*, *post immobilisasi* lama, trauma serta *diabetes mellitus*. Respon autoimmunal terhadap rusaknya jaringan lokal yang diduga menyebabkan penyakit tersebut (Appley,1993).

Diantara beberapa faktor yang menyebabkan *Frozen Shoulder* adalah *capsulitis adhesiva*. Keadaan ini disebabkan karena suatu peradangan yang mengenai kapsul sendi dan dapat menyebabkan perlengketan kapsul sendi dan tulang rawan, ditandai dengan nyeri bahu yang timbul secara perlahan-lahan, nyeri yang semakin tajam, kekakuan dan keterbatasan gerak. Pada pasien yang menderita *capsulitis adhesiva* menimbulkan keluhan yang sama seperti pada penderita yang mengalami peradangan pada jaringan disekitar sendi yang disebut dengan *periarthritis*. Yakni tidak bisa menyisir karena nyeri disekitar depan samping bahu. Nyeri tersebut terasa jika lengan diangkat untuk

mengambil sesuatu dari saku kemeja, ini berarti gerakan aktif dibatasi oleh nyeri. Tetapi bila mana gerak pasif diperiksa ternyata gerakan itu terbatas karena adanya suatu yang menahan yang disebabkan oleh perlengketan. Gangguan sendi bahu sebagian besar didahului oleh adanya rasa nyeri, terutama rasa nyeri timbul sewaktu menggerakkan bahu, penderita takut menggerakkan bahunya. Akibat imobilisasi yang lama maka otot akan berkurang kekuatannya. (Shidarta, 1984).

Masalah-masalah yang sering ditemui pada kondisi *capsulitis adhesiva* adalah keterbatasan gerak dan nyeri, oleh karena itu dalam keseharian sering ditemukan keluhan-keluhan seperti tidak mampu untuk menggosok punggung saat mandi, menyisir rambut, kesulitan dalam berpakaian, mengambil dompet dari saku belakang *serta* kesulitan memakai pakaian dalam bagi wanita dan gerakan-gerakan lain yang melibatkan sendi bahu (Appley, 1993).

Pada kondisi *capsulitis adhesiva*, fisioterapis berperan dalam mengurangi nyeri dan *mencegah* kekakuan lebih lanjut dan mengembalikan aktifitas fungsional pasien. Untuk mengatasinya banyak modalitas fisioterapi yang dapat digunakan, disini penulis mengambil modalitas fisioterapi berupa penggunaan *Infra Red (IR)*, *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)* dan Terapi Latihan.

Infra Red adalah pancaran gelombang *elektromagnetik* dengan panjang gelombang 7.700 – 4juta A. Tujuan penerapan *Infra Red* disini adalah untuk mengurangi nyeri pada bahu yaitu dengan pemberian efek termal yang diberikan akan memberikan efek sedatif yang dapat meningkatkan ambang

rangsang nyeri juga dapat meningkatkan elastisitas jaringan lunak disekitar sendi, terjadinya *vasodilatasi* yang kemudian meningkatkan sirkulasi darah sehingga dapat mengurangi nyeri dengan adanya pembuangan zat kimiawi penyebab nyeri. (Sujatno, 2002) .

Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS) merupakan suatu cara penggunaan energi listrik untuk merangsang sistem saraf melalui permukaan kulit. Dalam hubungannya dengan modulasi nyeri. (Johnson M,2002) yang dikutip oleh (Parjoto, 2006). Mengingat luasnya gerakan sendi bahu merupakan faktor yang sangat penting kaitannya dalam hubungannya dengan peningkatan kualitas gerak dan fungsi, maka usaha dan peningkatan merupakan salah satu tujuan dari fisioterapi, sehingga penulis mengambil terapi latihan dengan metode *Free Active Exercise*, *Codman Pendular Exercise* dan *Shoulder Wheel* sebagai usaha untuk menjaga dan meningkatkan lingkup gerak sendi serta menjaga kekuatan otot. Dengan semua modalitas tersebut diharapkan tercapainya tujuan utama jangka panjang untuk mengembalikan aktifitas fungsional seperti sediakala.

Tes kemampuan fungsional *Shoulder Pain and Disability Index* (SPADI) merupakan Pemeriksaan yang dilakukan untuk mengetahui kemampuan pasien dalam melakukan aktifitas kesehariannya dan kemampuan fungsionalnya yang terganggu akibat adanya keterbatasan lingkup gerak sendi dan nyeri yang dirasakan oleh pasien. Pada pemeriksaan ini pasien akan diberi blanko yang di dalamnya berisi delapan aktivitas yang melibatkan sendi bahu yang akan dinilai sesuai dengan tingkat kemampuan dan kesulitan yang dimiliki pasien,

Disini penilaiannya bersifat subjektif artinya pasien mengisi blangko *Disability* yang diberikan terapis dan diisi sesuai dengan aktivitas apa yang mampu dilakukan pasien itu sendiri. Jika dua atau lebih kemampuan fungsional tidak mampu dijawab pasien maka pemeriksaan ini tidak bisa dilakukan (Roach et al, 1991).

Nilai total dari pemeriksaan gangguan fungsional dengan menggunakan indeks disability dari SPADI menggunakan perhitungan sebagai berikut :

Jumlah nilai dibagi 80 dikali 100

Semakin tinggi nilai total berarti semakin tinggi tingkat kesulitan pasien begitu juga sebaliknya, semakin rendah nilai total berarti semakin rendah tingkat kesulitan pasien (Roach et al, 1991).

B. Rumusan Masalah

1. Apakah dengan pemberian infra merah dapat mengurangi nyeri pada kasus *capsulitis adhesiva dextra*?
2. Apakah dengan pemakaian TENS dapat mengurangi nyeri pada kasus *capsulitis adhesiva dextra*?
3. Apakah dengan pemberian Terapi Latihan menggunakan *Free Active Exercise, Codman Pendular Exercise dan Shoulder Wheel*, dapat memelihara lingkup gerak sendi, mengembalikan aktivitas fungsional, dan menjaga serta meningkatkan kekuatan otot bahu pada kasus *capsulitis adhesiva dextra*?

C. Tujuan Penulisan

1. Untuk mengetahui pengaruh infra merah terhadap nyeri sendi bahu dalam kasus *capsulitis adhesive dextra*..
2. Untuk mengetahui pengaruh TENS terhadap nyeri sendi bahu dalam kasus *capsulitis adhesive dextra*. .
3. Untuk mengetahui apakah dengan pemberian Terapi Latihan menggunakan *Free Active Exercise, Codman Pendular Exercise dan Shoulder Wheel* dapat memelihara lingkup gerak sendi, mengembalikan aktifitas fungsional, dan menjaga serta meningkatkan kekuatan otot bahu pada kasus *capsulitis adhesive dextra*.

D. Manfaat Penulisan

Manfaat penulisan karya ilmiah pada kondisi *capsulitis adhesive dextra* adalah :

1. Bagi penulisan

- a. Menambah dan memperluas pengetahuan tentang kondisi *capsulitis adhesive dextra* dan bentuk-bentuk terapinya.
- b. Menambah informasi pada fisioterapi pada khususnya dan kepada tenaga kesehatan pada umumnya, bahwa pemberian IR (infra merah) dapat mengurangi nyeri pada kondisi *capsulitis adhesive dextra*.
- c. Memberikan informasi kepada fisioterapi pada khususnya dan kepada tenaga kesehatan pada umumnya, bahwa terapi latihan sangat efektif

untuk meningkatkan lingkup gerak sendi, menjaga dan meningkatkan kekuatan otot bahu pada kondisi *capsulitis adhesive dextra*.

2. Bagi Rumah Sakit

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

3. Bagi Pembaca

Memberikan pengetahuan lebih dan memahami lebih dalam tentang kondisi *capsulitis adhesive dextra* serta mengetahui cara penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *capsulitis adhesive dextra*.