

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Seiring dalam berkembangnya teknologi dan ilmu pengetahuan, manusia dituntut untuk hidup lebih maju mengikuti perkembangan tersebut. Untuk memenuhi tuntutan tersebut, manusia melakukan berbagai macam aktivitas. Aktivitas yang dilakukan tidak terlepas dari gerak, baik itu gerak yang disadari maupun yang tidak disadari.

Anggota gerak atas pada bagian tubuh manusia yang memiliki peran penting dalam melakukan berbagai aktivitas dari yang paling ringan sampai paling berat. Salah satunya adalah bahu. Bahu memberikan jangkauan gerak terbesar ditubuh yang memungkinkan tangan untuk mengangkat, memutar ke berbagai arah. Dari sinilah berpeluang banyak terjadinya berbagai gangguan sendi.

Salah satu dalil dalam Al-Qur'an yang berkaitan dengan kesehatan adalah Surah Al-Maidah ayat 88.

Terjemahan artinya: *"Dan makanlah dari apa yang telah diberikan Allah kepada kalian sebagai rezeki yang halal dan baik dan bertakwalah kamu kepada Allah yang kamu beriman kepada-Nya"*.

Bahu Beku atau yang disebut juga dengan *frozen shoulder* adalah suatu kondisi yang ditandai oleh *kekakuan dan nyeri pada sendi bahu*. Kondisi ini sering terjadi pada orang dengan *diabetes* dan orang yang lengannya lama tidak bergerak.

*Frozen shoulder* adalah kekakuan sendi *glenohumeral* yang diakibatkan oleh *elemen jaringan non-kontraktile* atau gabungan antara jaringan *non-kontraktile* dan *kontraktile* yang mengalami *fibroplasia*. Baik gerakan *pasif* maupun *aktif* terbatas dan nyeri. Pada gerakan *pasif*, *mobilitas* terbatas pada pola kapsular yaitu *rotasi eksternal* paling terbatas, diikuti dengan *abduksi* dan *rotasi internal*. (Sofianata dalam Villela, 2020)

*Frozen shoulder* terdiri atas *primer frozen shoulder* dan *sekunder frozen shoulder*. *Primer/idiopatik frozen shoulder* yaitu *frozen shoulder* yang tidak diketahui penyebabnya, biasanya terjadi pada lengan yang tidak digunakan dan lebih memungkinkan terjadi pada orang-orang yang melakukan pekerjaan dengan gerakan bahu yang lama dan berulang. Sedangkan *sekunder frozen shoulder* adalah *frozen shoulder* yang diawali dengan trauma pada bahu misalnya *fraktur, dislokasi, dan trauma*. (Villela, 2020)

*Prevalensi* terjadinya *frozen shoulder* sekitar 2-5% dari populasi umum, puncaknya pada usia 40-70 tahun dan sering terjadi pada wanita. Penyebab terjadinya *frozen shoulder* terbagi menjadi dua, yaitu: *primer dan sekunder*. (Wardani & Risal, 2021)

Problematika pada *frozen shoulder* penyebab *primer* masih belum bisa dipastikan (*idiopatik*), sedangkan penyebab *sekunder* biasanya dikarenakan adanya *trauma pada sendi glenohumeral, pasca operasi pada sendi glenohumeral,*

*prolonged immobilisasi, diabetes, gangguan tyroid, penyakit Dupuytren dan penyakit autoimun lainnya.* (Wardani & Risal, 2021)

Peran fisioterapi pada kasus *frozen shoulder* untuk mengurangi nyeri, mencegah kekakuan atau keterbatasan lingkup gerak sendi lebih lanjut, meningkatkan kekuatan otot sekitar bahu, dan membantu mengembalikan aktifitas fungsional. (Strajhar et al., 2016)

Dari uraian yang telah dijabarkan diatas, penulis merasa bahwa kasus *frozen shoulder ec. tendinitis supraspinatus sinistra* merupakan kasus yang cukup banyak terjadi dan pentingnya untuk mengetahui penanganan terkait kasus *frozen shoulder ec. tendinitis supraspinatus sinistra* Sehingga penulis menimbang untuk membuat karya tulis yang berjudul **“APLIKASI ULTRASOUND THERAPY DAN HOLD RELAX EXERCISE PADA KONDISI FROZEN SHOULDER ec. TENDINITIS SUPRASPINATUS SINISTRA”**

## 1.2 Perumusan Masalah

1. Bagaimana pengaruh *ultrasound therapy* terhadap penurunan nyeri pada kondisi *frozen shoulder ec. tendinitis supraspinatus sinistra*?
2. Bagaimana pengaruh *hold relax exercise* terhadap peningkatan lingkup gerak sendi pada kondisi *frozen shoulder ec. tendinitis supraspinatus sinistra*?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

1. Untuk mengetahui peran fisioterapi pada kondisi *frozen shoulder ec. tendinitis supraspinatus sinistra*.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui pengaruh *ultrasound* terhadap penurunan nyeri pada kondisi *frozen shoulder ec tendinitis supraspinatus sinistra*.
2. Untuk mengetahui pengaruh *hold relax exercise* terhadap peningkatan peningkatan lingkup gerak sendi pada kondisi *frozen shoulder ec. tendinitis supraspinatus sinistra*.

#### 1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian dari proposal karya tulis ilmiah ini adalah sebagai berikut :

##### 1. Bagi Penulis

Menambah pengetahuan dan wawasan terkait peran fisioterapi pada kondisi *frozen shoulder ec. tendinitis supraspinatus sinistra*.

##### 2. Bagi Institusi

Sebagai bahan referensi tentang pengaruh *ultrasound therapy* dan *hold relax* pada kondisi *frozen shoulder ec. tendinitis supraspinatus sinistra* untuk di perpustakaan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

##### 3. Bagi Rekan Fisioterapi

Sebagai referensi untuk penanganan terkait kasus *frozen shoulder ec. tendinitis supraspinatus sinistra*.

##### 4. Bagi Masyarakat Umum

Memberikan informasi dan pengetahuan kepada masyarakat tentang peran fisioterapi pada kasus *frozen shoulder ec. tendinitis supraspinatus sinistra*.



