



**PELAKSANAAN FISIOTERAPI PADA
KASUS *FROZEN SHOULDER*
*ET CAUSA BURSITIS***

KARYA TULIS ILMIAH

**SILMI RIDHIYA ULYA
2210702024**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA
2025**



**PELAKSANAAN FISIOTERAPI PADA
KASUS *FROZEN SHOULDER*
*ET CAUSA BURSITIS***

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Kesehatan**

SILMI RIDHIYA ULYA

2210702024

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dituju telah saya nyatakan benar

Nama Silmi Ridhiya Ulya

NIM 221.0702.024

Tanggal 22 Mei 2025

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 22 Mei 2025

Yang Menyatakan,



(Silmi Ridhiya Ulya)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Silmi Ridhiya Ulya
NRP : 2210702024
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Demi pembangunan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (Non-Exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Pelaksanaan Fisioterapi Pada Kasus *Frozen Shoulder Et Causa Bursitis*”**.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 22 Mei 2025

Yang Menyatakan,



(Silmi Ridhiya Ulya)

PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Akhir diajukan Oleh :

Nama : Silmi Ridhiya Ulya

NIM : 2210702024

Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

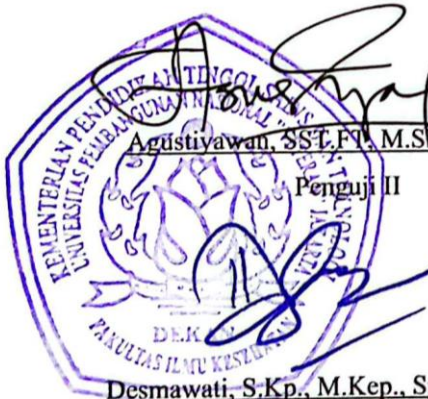
Judul Karya Tulis Ilmiah : Pelaksanaan Fisioterapi Pada Kasus *Frozen Shoulder et causa Bursitis*

Telah berhasil dipertahankan di hadapan tim penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Heri Wibisono, S.Pd., M.Si.

Penguji I (Pembimbing)


Agustiawan, SST, FT, M.St., Ftr, AIFO.
Penguji II
Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat., Ph.D.

Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta



Mona Oktarina, S.Ft, Ftr., M.Biomed. AIFO.

Penguji III



Mona Oktarina, S.Ft, Ftr., M.Biomed. AIFO.

Koor. Prodi Fisioterapi Program Diploma Tiga

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 22 Mei 2025

PELAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS *FROZEN SHOULDER* *ET CAUSA BURSITIS*

Silmi Ridhiya Ulya

Abstrak

Latar Belakang: *Frozen Shoulder* merupakan suatu kondisi patologis pada sistem muskuloskeletal yang ditandai oleh nyeri disertai dengan keterbatasan progresif pada lingkup gerak sendi (LGS), baik aktif maupun pasif. Kondisi ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah peradangan pada bursa (bursitis). **Tujuan:** Dilakukannya penelitian ini untuk memahami pelaksanaan fisioterapi dalam menurunkan nyeri dan meningkatkan LGS pada *kasus Frozen Shoulder et causa Bursitis* menggunakan modalitas *ultrasound, latihan finger walk, hold relax, dan mobilization with movement*. **Metode:** Penelitian ini dilaksanakan dengan metode studi kasus (case study), di mana subjek penelitian terdiri dari satu sampel pada pasien berusia 65 tahun. Pemeriksaan dilakukan melalui pengukuran nyeri (VAS), pemeriksaan lingkup gerak sendi, kekuatan otot (MMT), dan aktivitas fungsional (SPADI). **Hasil:** Hasil terapi menunjukkan penurunan nyeri hingga 2 grade, peningkatan LGS 5–10°, kekuatan otot meningkat menjadi 5, berkurangnya spasme, dan penurunan skor SPADI dari 59% menjadi 48%. **Kesimpulan:** Pelaksanaan fisioterapi pada kasus *frozen shoulder et causa bursitis* ini menggunakan pendekatan berupa modalitas *ultrasound, finger walk exercise, hold-relax exercise, serta mobilization with movement*. Pendekatan ini menggambarkan salah satu bentuk intervensi fisioterapi yang dapat diterapkan dalam praktik klinis pada kondisi serupa.

Kata Kunci: *Frozen Shoulder, Bursitis, Ultrasound, Hold Relax, Finger Walk, Mobilization with Movement.*

PHYSIOTHERAPY MANAGEMENT IN A CASE OF FROZEN SHOULDER ET CAUSA BURSITIS

Silmi Ridhiya Ulya

Abstract

Background: Frozen Shoulder is a pathological condition of the musculoskeletal system characterized by pain accompanied by progressive limitation of the range of motion (ROM), both actively and passively. This condition may be caused by various factors, one of which is inflammation of the bursa (bursitis). **Objective:** This study aims to investigate how physiotherapy can alleviate pain and enhance range of motion (ROM) in cases of frozen shoulder with bursitis, utilizing ultrasound, finger walk exercises, the hold-relax technique, and mobilization with movement (MWM). **Method:** This research employed a case study design, involving a single subject, a 65-year-old male patient. Assessments were conducted using pain measurement (VAS), range of motion (ROM), muscle strength (MMT), and functional activity (SPADI). **Results:** The intervention reduced pain by up to 2 grades, increased ROM by 5–10°, improved muscle strength to grade 5, reduced muscle spasm, and decreased the SPADI score from 59% to 48%. **Conclusion:** The physiotherapy intervention in this case of frozen shoulder et causa bursitis involved the use of ultrasound modality, finger walk exercise, hold-relax technique, and mobilization with movement (MWM). This approach illustrates one of the physiotherapy management strategies that can be applied in clinical practice for similar conditions.

Keywords: Frozen Shoulder, Bursitis, Ultrasound, Hold Relax, Finger Walk, Mobilization with Movement

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyusun Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Pelaksanaan Fisioterapi Pada Kasus *Frozen Shoulder et Causa Bursitis*”. Dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini, penulis mendapatkan masukan dan bantuan juga dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada yang terhormat :

1. Ibu Mona Oktarina, S.Ft., M.Biomed, selaku Kepala Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga UPN “Veteran” Jakarta, dan Bapak Heri Wibisono, S.Pd., M.Si. selaku dosen pembimbing yang telah membantu penulis dalam penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah.
2. Kedua orang tua dan keluarga yang tidak pernah lelah dalam membantu dan mendukung setiap langkah penulis.
3. Bantuan, tawa dan doa dari sahabat-sahabat seperjuangan penulis.
4. Dan rasa terima kasih dan doa yang mendalam kepada salah satu sahabat terbaik penulis yang kini telah berpulang ke hadirat-Nya. Dengan segala kerendahan hati, karya ini turut menjadi bentuk kenangan dan penghormatan untuknya.

Penulis sadar bahwasannya Karya Tulis Ilmiah ini jauh dari kata sempurna. Penulis berharap saran dari semua pihak sebagai pembelajaran di kemudian hari. Akhir kata penulis memohon maaf apabila terdapat kesalahan dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini. Semoga hasil karya ini mendapat ridho dari Allah Subhanahuwata’ala dan bermanfaat bagi semua. Aamiin.

Jakarta, 22 Mei 2025

Penulis

Silmi Ridhiya Ulya

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR GRAFIK.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penulisan	4
I.4 Manfaat Penulisan	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
II.1 Definisi	6
II.2 Anatomi dan Fisiologi	8
II.3 Biomekanik.....	18
II.5 Etiologi	20
II.6 Patofisiologi.....	21
II.7 Manifestasi Klinis	22
II.8 Prognosis	23
II.9 Pemeriksaan Fisioterapi.....	23
II.10 Pemeriksaan Postur.....	28
II.11 Pemeriksaan Spasme	28
II.12 Pemeriksaan <i>Range of Motion</i> (ROM)	29
II.13 Pemeriksaan Fungsi Gerak Dasar	31
II.14 <i>Manual Muscle Testing</i> (MMT)	32
II.15 Pemeriksaan Nyeri (VAS)	33
II.16 Pemeriksaan Sensibilitas	34
II.17 Pemeriksaan Khusus	35
II.18 Pemeriksaan Penunjang	37
II.19 Pemeriksaan Fungsional	37
II.20 Pemeriksaan Psikososial.....	39
II.21 Pemeriksaan Arsitektur	39
II.22 Diagnosis	40
II.23 Rencana Program Fisioterapi.....	41
II.24 Intervensi Fisioterapi	41
II.25 Rencana Evaluasi.....	50

II.26 Edukasi	51
II.27 Home Program.....	51
II.28 Kerangka Pikir	52
 BAB III METODE PELAKSANAAN DAN LAPORAN KASUS.....	53
III.1 Metode Pelaksanaan	53
III.2 Laporan Kasus	54
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	72
IV.1 Hasil.....	72
IV.2 Pembahasan	75
IV.3 Keterbatasan Studi Kasus	77
 BAB V PENUTUP.....	78
V.1. Kesimpulan.....	78
V.2. Saran	79
 DAFTAR PUSTAKA	80
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	<i>Shoulder Muscle and Nerve</i>	12
Tabel 2	Normal ROM <i>Shoulder</i>	31
Tabel 3	<i>Manual Muscle Testing</i> (MMT).....	33
Tabel 4	<i>Shoulder Pain and Disability Index</i> (SPADI).....	38
Tabel 5	Hasil Pengukuran ROM <i>Shoulder</i>	55
Tabel 6	Hasil PFGD Aktif <i>Shoulder</i>	56
Tabel 7	Hasil PFGD Pasif <i>Shoulder</i>	56
Tabel 8	Hasil Pemeriksaan TIMT <i>Shoulder</i>	57
Tabel 9	Hasil Kekuatan Otot.....	57
Tabel 10	Hasil Pengukuran Nyeri SPADI	60
Tabel 11	Hasil Pengukuran Disabilitas SPADI	60
Tabel 12	Perencanaan Fisioterapi	63
Tabel 13	Intervensi Fisioterapi	63
Tabel 14	Edukasi & Home Program	65
Tabel 15	Evaluasi Intervensi.....	69
Tabel 16	Evaluasi Nilai Nyeri SPADI	70
Tabel 17	Evaluasi Nilai Disabilitas SPADI	70
Tabel 18	Evaluasi Nilai Skor SPADI.....	71
Tabel 19	Evaluasi Nyeri dengan VAS	73
Tabel 20	Evaluasi Spasme	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	<i>Os Humerus</i>	9
Gambar 2	<i>Os Scapula</i>	10
Gambar 3	<i>Os Clavicula</i>	10
Gambar 4	Otot Otot Penggerak <i>Shoulder</i>	11
Gambar 5	<i>Glenohumeral Joint</i>	14
Gambar 6	<i>Bursa</i>	15
Gambar 7	<i>Ligament Shoulder</i>	17
Gambar 8	Gerak Aktif <i>Shoulder</i>	18
Gambar 9	Goniometer.....	31
Gambar 10	<i>Visual Analogue Scale</i>	34
Gambar 11	<i>Painful Arc</i>	35
Gambar 12	<i>Apley's Scratch Test</i>	36
Gambar 13	<i>Subacromial Push Button</i>	37

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Pikir.....	49
---------	---------------------	----

DAFTAR GRAFIK

Grafik 1	Evaluasi ROM	73
Grafik 2	Evaluasi Kekuatan Otot (MMT)	74
Grafik 3	Evaluasi Fungsional (SPADI).....	75

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 2	<i>Form Shoulder Pain and Disability Index (SPADI)</i>
Lampiran 3	Surat Keterangan Pengambilan Data
Lampiran 4	Dokumentasi
Lampiran 5	Kartu Monitoring
Lampiran 6	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 7	Hasil Turnitin