

INTERVENSI *ULTRASOUND* DAN *DEEP FRICTION MASSAGE* UNTUK MENGURANGI NYERI PADA PENDERITA TENDINITIS SUPRASPINATUS

Nur'aini Diah Anisah

Abstrak

Tendinitis Supraspinatus adalah peradangan atau inflamasi pada tendon supraspinatus. Permasalahan yang timbul, adanya nyeri dan keterbatasan lingkup gerak sendi yang diakibatkan oleh trauma ataupun kegiatan yang berlebihan. Tujuan penulisan ini adalah untuk mengkaji penurunan nyeri pada penderita Tendinitis Supraspinatus dengan menggunakan modalitas *Ultrasound* dan *Deep Friction Massage*. Metodenya adalah studi kasus pada penderita Tendinitis Supraspinatus dengan intervensi *Ultrasound* dan *Deep Friction Massage*. Parameter yang digunakan untuk mengukur nyeri adalah skala VAS. Intervensi diberikan selama 12 kali, dengan dosis: frekuensi 3x seminggu, intensitas 0,5 - 1 watt/cm² dan tipe pulse selama 5 menit, sedangkan dosis deep friction massage: frekuensi 3x seminggu, intensitas dengan tekanan yang menimbulkan nyeri yang masih bisa ditahan oleh pasien, waktu 10 -12 menit dengan tipe circular. Berdasarkan hasil evaluasi didapatkan, nyeri diam sebelum terapi 2,1 setelah terapi menjadi 0, nyeri gerak saat fleksi dari 6,5 menjadi 1,4 dan abduksi dari 6,2 menjadi 2,4 dan nyeri fungsional saat mengambil barang di tempat tinggi dari 6,3 menjadi 2,3, melepaskan pakaian dari 5,9 menjadi 1,2 dan menyisir rambut dari 5,7 menjadi 1,4. Kesimpulannya dengan intervensi *Ultrasound* dan *Deep Friction Massage* dapat mengurangi nyeri diam, nyeri gerak dan nyeri fungsional.

Kata Kunci : *Tendinitis Supraspinatus, Ultrasound, Deep Friction Massage, Nyeri, VAS*

INTERVENTION *ULTRASOUND* AND *DEEP FRICTION* *MASSAGE* TO REDUCE PAIN IN PEOPLE WITH TENDINITIS SUPRASPINATUS

Nur'aini Diah Anisah

Abstract

Tendinitis supraspinatus is inflammation or inflammatory in a tendon supraspinatus. Problematic arising, the pain and limited scope of joint motion in the by trauma or excessive activities. The purpose of writing this is to assess the pain in patients tendinitis supraspinatus using modalities *Ultrasound* and *Deep Friction Massage*. The methods is a case study in people with tendinitis supraspinatus by intervention *Ultrasound* and *Deep Friction Massage*. Parameters in use for measuring pain is VAS. Intervention for 12 times, with a dose: frequency 3x /a week, intensity 0,5 - 1 watts/cm² and type pulse for 5 minutes, while dose of deep friction massage: frequency 3x /a week, Intensity by its pressure inflicting pain that could still in custody by patients , the 10-12 minutes with type circular. Based on the evaluation in be , pain silent before therapy 2,1 after being 0 therapy, pain motion when flexion of 6,5 be 1,4 and abduksi of 6,2 be 2,4 and pain functional when taking goods in the heights of 6,3 be 2,3 , undress of 5,9 be 1,2 and combed hair of 5,7 be 1,4 .The conclusion by intervention *Ultrasound* and *Deep Friction Massage* can reduce pain silence, pain and pain functional motion.

Keywords : *Tendinitis Supraspinatus, Ultrasound, Deep Friction Massage, Pain, VAS*