

**PERBEDAAN EFEK LATIHAN STABILISASI BAHU DAN INTERVENSI  
*THERAPEUTIC ULTRASOUND* DENGAN *CODMAN PENDULLAR  
EXERCISE* DAN INTERVENSI *THERAPEUTIC ULTRASOUND*  
TERHADAP *DISABILITAS SHOULDER* PADA KONDISI  
TENDINITIS SUPRASPINATUS**



Universitas  
**Esa Unggul**

Skripsi

Disusun untuk memenuhi sebagai persyaratan dalam mendapatkan gelar  
Sarjana Fisioterapi

Diajukan Oleh :

Erna Julita Purba

2013-66-186

**PROGRAM STUDI S-1 FISIOTERAPI**

**FAKULTAS FISIOTERAPI**

**UNIVERSITAS ESA UNGGUL**

**JAKARTA**

**2015**

**LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI**

**PERBEDAAN EFEK LATIHAN STABILISASI BAHU DAN INTERVENSI  
*THERAPEUTIC ULTRASOUND* DENGAN *CODMAN PENDULLAR  
EXERCISE* DAN INTERVENSI *THERAPEUTIC ULTRASOUND*  
TERHADAP *DISABILITAS SHUOLDER* PADA KONDISI  
TENDINITIS SUPRASPINATUS**



Sikripsi ini Disetujui Untuk Mempertahankan Dalam Ujian Sidang  
Pada Program Studi Fisioterapi Universitas Esa Unggul

Diajukan oleh :

Nama : Erna Julita Purba

Nim : 2013-66-186

Pembimbing I

Pembimbing II

( Sugianto, Dipl.FT,M.Fis )

( Dr. Heri Priatna, SST.Ft, SKM, MM )



## ABSTRAK

SKRIPSI, Agustus 2016  
Erna Julita Purba  
Program Studi S-1 Fisioterapi,  
Fakultas Fisioterapi,  
Universitas Esa Unggul

PERBEDAAN EFEK LATIHAN STABILISASI BAHU DAN INTERVENSI  
*THERAPEUTIC ULTRASOUND* DENGAN *CODMAN PENDULLAR EXERCISE*  
DAN INTERVENSI *THERAPEUTIC ULTRASOUND* TERHADAP  
*DISABILITAS SHOULDER* PADA KONDISI TENDINITIS SUPRASPINATUS

Terdiri VI Bab, 99 Halaman, 5 Tabel, 4 skema, 10 Gambar,

Tujuan : Untuk mengetahui perbedaan efek latihan stabilisasi bahu dan intervensi *therapeutic ultrasound* dengan *Codman pendullar exercise* dan intervensi *therapeutic ultrasound* terhadap *disabilitas shoulder* pada kondisi tendinitis supraspinatus. Metode : Penelitian ini bersifat *quasi eksperimental* dengan menggunakan *pretest-posttest control group*. Pada penelitian ini sampel berjumlah 20 orang yang datang ke Klinik Sangaji Harmoni Jakarta Pusat. Sampel terbagi menjadi 2 kelompok, kelompok perlakuan I yang berjumlah 10 orang diberikan latihan stabilisasi bahu dan intervensi *therapeutic ultrasound*. Kemudian kelompok perlakuan II berjumlah 10 orang diberikan *Codman pendullar exercise* dan intervensi *therapeutic ultrasound*. Hasil uji normalitas dengan Shapiro wilk test didapatkan data berdistribusi normal sedangkan uji homogenitas varian dengan leven t-test didapatkan data homogen. Hasil uji hipotesis pada kelompok perlakuan I *Paired sample t-test* didapatkan nilai  $p= 0,001$  dari (sebelum latihan mean 75,20 dengan SD 1,874 sedang sesudah latihan mean 35,10 dengan SD 1,370) yang berarti ada efek latihan stabilisasi bahu dan intervensi *therapeutic ultrasound* secara signifikan terhadap *disabilitas shoulder* pada kondisi tendinitis supraspinatus. Pada kelompok perlakuan II dengan *Paired Sampel t-test* nilai  $p= 0.001$  (sebelum latihan mean 76,50 dengan SD 1,229 dan sesudah latihan mean 31,10 dengan SD 2,470) yang berarti ada efek *Codman pendullar exercise* dan intervensi *therapeutic ultrasound* terhadap *disabilitas shoulder* pada kondisi tendinitis supraspinatus. Pada hasil *t-test of independent* menunjukkan nilai  $p= 0,001$  yang berarti ada perbedaan efek latihan stabilisasi bahu dengan *Codman pendullar exercise* terhadap *disabilitas shoulder* pada kondisi tendinitis supraspinatus. Kesimpulan : Ada perbedaan efek latihan stabilisasi bahu dan intervensi *therapeutic ultrasound* dengan *Codman pendullar exercise* dan intervensi *therapeutic ultrasound* terhadap *disabilitas shoulder* pada kondisi tendinitis supraspinatus.

Kata kunci : Latihan stabilisasi bahu, intervensi *therapeutic ultrasound*, *Codman pendullar exercise*, *disabilitas shoulder*, tendinitis supraspinatus.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Kuasa karena atas berkat dan bimbingannya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul: “Perbedaan Efek Latihan Stabilisasi bahu Dan Intervensi *therapeutic ultrasound* Dengan *Codman Pendular Exercise* Dan Intervensi *therapeutic ultrasound* Terhadap *Disabilitas Shoulder* Pada Kondisi Tendinitis Supraspinatus”

Dalam penyusunan skripsi ini, penulis tidak lepas dari berbagai hambatan, masalah serta kesulitan yang pada dasarnya memberikan hikmah dan semua itu menjadi motivasi bagi penulis untuk berupaya semaksimal mungkin untuk menyelesaikan semuanya.

Ucapan terimakasih yang tulus dan sedalam-dalamnya, penulis hanturkan kepada semua pihak atas bantuannya dalam menyelesaikan proposal skripsi ini , khususnya kepada :

1. Bapak Syahmirza Indra Lesmana, SKM, S.Ft, M.OR selaku Dekan Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul, yang telah membimbing selama saya melaksanakan perkuliahan di Universitas Esa Unggul.
2. Ibu Muthia Munawwarah, SSt.Ft, M.Fis, selaku Wakil Dekan Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul, yang telah membimbing selama saya melaksanakan perkuliahan di Universitas Esa Unggul.
3. Bapak Abdul Chalik Meidian,Amd.FT, SAP, M.Fis selaku Ketua Jurusan Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul.

4. Bapak Sugianto, Dipl.FT, M.Fis, selaku dosen pembimbing I dan Bapak Drs. Heri Priatna, SST.Ft, SKM, MM selaku dosen pembimbing II, yang memberikan arahan dan bimbingan selama penyelesaian skripsi ini.
5. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul
6. Suami dan anak-anakku yang telah memberi semangat dan doa dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Kedua orangtua, kedua mertua, abang dan adek (Wenry ,Yanti, Roma, Coky),serta saudara-saudara, yang telah membantu saya baik moril dan materi serta memberi semangat dan doa dalam penyelesaian skripsi ini.
8. Teman-teman “Angkatan 2013 S1” yang selalu membantu dan memotivasi penulis serta kekompakannya selama ini.
9. Pasien-pasien Tendinitis Supraspinatus di Klinik Fisioterapi Sangaji, Harmoni Jakarta Pusat yang telah menyediakan waktu dan mau mengikuti penelitian sampai selesai

Penulis menyadari tulisan ini masih jauh dari sempurna karena keterbatasan penulis, oleh karena itu sangat diharapkan saran dan kritik yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi insan fisioterapi dan dapat digunakan bahan perbandingan untuk penelitian selanjutnya.

Jakarta, Juni 2016

Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PERSETUJUAN .....	ii
ABSTRAK .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR SKEMA .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Rumusan Masalah .....	10
D. Tujuan Penelitian .....	10
E. Manfaat Penelitian .....	11
<b>BAB II KERANGKA TEORI DAN HIPOTESIS</b>	
A. Deskripsi Toeritis .....	13
1. Gangguan Gerak Akibat Tendinitis supraspinatus .....	13
2. Ultrasound .....	25
3. Pengukuran nyeri dengan SPADI .....	35
4. Latihan Stabilisasi Shoulder .....	39
5. Teknik Codman Pendullar Exercise .....	46
B. Kerangka Berpikir .....	50

C. Kerangka Konsep .....	56
D. Hipotesis .....	57
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Tempat dan waktu penelitian .....	59
B. Metode Penelitian .....	59
C. Teknik Pengambilan Sampel .....	61
D. Instrumen Penelitian .....	63
E. Teknik Analisa Data .....	73
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Deskripsi Data .....	77
B. Uji Persyaratan Analisis .....	83
C. Pengujian Hipotesis .....	84
<b>BAB V PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil dari penelitian .....	89
B. Keterbatasan .....	97
<b>BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	98
B. Saran .....	99
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Skala Nyeri .....	38
Tabel 2.2	Skala Ketidakmampuan .....	39
Tabel 3.1	Assesment fisioterapi .....	62
Tabel 3.2	Skala Nyeri .....	71
Tabel 3.3	Skala Ketidakmampuan .....	72



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Letak Tendinitis Supraspinatus .....	14
Gambar 2.2	Otot-otot rotator cuff .....	19
Gambar 2.3	Ultrasound .....	28
Gambar 2.4	Posisi pasien saat di ultrasound .....	35
Gambar 2.5	Posisi pasien saat di ultrasound .....	35
Gambar 2.6	Gerakan side Lying internal rotation .....	45
Gambar 2.7	Gerakan merambat ditembok (wall lader) .....	45
Gambar 2.8	Gerakan active abduction .....	46
Gambar 2.9	Gerakan Progresif push-up .....	46
Gambar 2.10	Gerakan Codman Pendular Exercise .....	50

## DAFTAR SKEMA

Skema 2.1	Kerangka Berpikir .....	55
Skema 2.2	Kerangka Konsep .....	56
Skema 3.1	Model Kelompok I .....	60
Skema 3.2	Model Kelompok perlakuan II .....	61