



DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Lembar Persetujuan.....	ii
Kata Pengantar.....	iii
Lembar Pernyataan.....	vii
Abstrak.....	viii
Abstract.....	ix
Daftar Isi.....	x
Daftar Gambar.....	xiii
Daftar Tabel.....	xiv
 BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Tujuan Penulisan.....	2
1.2.1 Tujuan Umum.....	2
1.2.2 Tujuan Khusus.....	2
1.3 Manfaat Penulisan.....	3
1.3.1 Manfaat Bagi Penulis.....	3
1.3.2 Manfaat Bagi Pembaca.....	3
1.3.3 Manfaat Bagi Masyarakat.....	3
 BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Anatomi Sendi Bahu.....	4
2.1.1 Tulang Pembentuk <i>Shoulder Complex</i>	4
2.1.2 Sendi Pembentuk <i>Shoulder Complex</i>	7
2.1.3 Ligamen Pembentuk <i>Shoulder Complex</i>	9
2.1.4 Otot Pada <i>Shoulder Complex</i>	10
2.1.5 Biomekanika Sendi Bahu.....	10



2.2 Pengertian <i>Frozen Shoulders</i>	12
2.3 Etiologi <i>Frozen Shoulders</i>	12
2.4 Patofisiologi <i>Frozen Shoulders</i>	13
2.5 Tahapan <i>Frozen Shoulders</i>	14
2.6 Manifestasi Klinik <i>Frozen Shoulders</i>	14
2.7 Tes Khusus Untuk <i>Frozen Shoulders</i>	16
BAB 3 PENATALAKSANAAN	
3.1 Latihan Penguatan.....	22
3.1.1 Indikasi Latihan Penguatan.....	22
3.1.2 Kontraindikasi Latihan Penguatan.....	23
3.1.3 Tindakan Kewaspadaan Saat Latihan.....	23
3.2 Latihan Isotonik.....	24
3.3 <i>Theraband Exercise</i>	24
3.3.1 Cara Melakukan <i>Theraband Exercise</i>	25
3.3.2 Pelaksanaan <i>Theraband Exercise</i>	26
3.4 <i>Ultrasound Diathermy</i>	29
3.4.1 Indikasi <i>Ultrasound Diathermy</i>	29
3.4.2 Kontraindikasi <i>Ultrasound Diathermy</i>	29
3.4.3 Efek Biofisika.....	30
3.4.4 Pelaksanaan <i>Ultrasound Diathermy</i>	32
3.5 <i>Shoulder Girdle Exercise</i>	32
3.6 <i>Codman Pendulum Exercise</i>	33
3.6.1 Penatalaksanaan <i>Codman Pendulum Exercise</i>	34

BAB 4 STUDI KASUS

Program Studi D3 Fisioterapi FV UNAIR



4.1 Data-Data Medis Rumas Sakit.....	36
4.2 Pemeriksaan Fisioterapi.....	38
4.3 Diagnosa Fisioterapi.....	44
4.4 Tujuan Jangka Pendek.....	44
4.5 Tujuan Jangka Panjang.....	45
4.6 Rencana Tindakan.....	45
4.7 Penatalaksanaan <i>Frozen Shoulder</i>	45
4.8 Evaluasi.....	47
4.9 Prognosa.....	48
4.10 Resume.....	48
BAB 5 STUDI KASUS	
5.1 Hasil Studi Kasus.....	50
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	
6.1 Kesimpulan.....	52
6.2 Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA.....	53



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Sendi Bahu.....	4
Gambar 2.2 <i>Clavicula</i> Tampak <i>Superior</i>	5
Gambar 2.3 <i>Clavicula</i> Tampak <i>Inferior</i>	5
Gambar 2.4 <i>Scapula</i> Tampak <i>Dorsal</i>	5
Gambar 2.5 <i>Scapula</i> Tampak <i>Lateral</i>	6
Gambar 2.6 <i>Scapula</i> Tampak <i>Ventral</i>	6
Gambar 2.7 Humerus.....	6
Gambar 2.8 Sendi Bahu.....	7
Gambar 2.9 Ligamen Pada Bahu.....	9
Gambar 2.10 Otot Pada Bahu.....	10
Gambar 2.11 Infraspinatus Tes.....	16
Gambar 2.12 Yergason Test.....	17
Gambar 2.13 Empty Can Test.....	18
Gambar 2.14 Painful Arch.....	19
Gambar 2.15 Hawkins Kenedy Test.....	20
Gambar 3.1 Gerakan <i>Flexi</i> dengan <i>Theraband</i> posisi berdiri.....	25
Gambar 3.2 Gerakan <i>External Rotation</i> dengan <i>Theraband</i> posisi berdiri.....	26
Gambar 3.3 Gerakan <i>Abduction</i> dengan <i>Theraband</i> posisi berdiri.....	27
Gambar 3.4 Pelaksanaan <i>Shoulders retraction and protraksi</i>	32
Gambar 3.5 Pelaksanaan <i>Shoulder shrugging</i>	32
Gambar 3.6 <i>CodmanPendular exercise</i>	34



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tahapan <i>Frozen Shoulders</i>	14
Tabel 4.1 Pemeriksaan MMT.....	39
Tabel 4.2 Pemeriksaan LGS Aktif.....	39
Tabel 4.3 Pemeriksaan LGS Pasif.....	40
Tabel 4.4 Pemeriksaan Fungsional SPADI.....	41
Tabel 4.5 Evaluasi Skala Nyeri Dengan SPADI.....	45