

ABSTRAK

Frozen shoulder (FS) adalah suatu penyakit yang ditandai dengan nyeri yang membatasi gerak sendi bahu yang disebabkan adanya perlengketan (*adhesive*) yang mengakibatkan keterbatasan luas gerak sendi atau *Range of Motion* sehingga terjadi penurunan dalam melakukan aktivitas fungsional yang menggunakan sendi bahu.

Tujuan fisioterapi untuk mengatasi problem kapasitas fisik dan kemampuan fungsional pada pasien *frozen shoulder*. Penambahan terapi manual dapat membantu pemulihan *frozen shoulder*. Teknik manual terapi atau manipulasi yang digunakan adalah *mobilization with movement* (MWM) dengan teknik MWM elevasi (*shoulder girdle*) dan MWM *hand behind back*.

Dengan teknik ini didapatkan hasil adanya penurunan nyeri dan peningkatan ROM sehingga MWM dapat meningkatkan kemampuan fungsional atau meningkatkan aktivitas fungsional pada sendi bahu pasien FS.

Kata kunci: *Frozen shoulder*, terapi manual, terapi manipulasi *mobilization with movement*.

ABSTRACT

Frozen shoulder (FS) is a disease which is indicated by limited motion pain in the shoulder joint due to adhesions (adhesive) that may conduce limitation in the Range of Motion (ROM) so the functional activity using the shoulder joint would be decreased.

The aim of physiotherapy is to overcome the problem of physical capacity and functional ability in patients with frozen shoulder. Adding manual therapy can help to restore frozen shoulder. Manual therapy or manipulation techniques used are mobilization with movement (MWM) with shoulder girdle and hand behind back MWM techniques.

The results of this this technique decrease pain and increase ROM so that MWM can improve functional ability or increase functional activity in the shoulder joints of FS patients.

Keywords: Frozen shoulder, manual therapy, therapy manipulation mobilization with movement.