

Abstrak

Latar belakang: *Tendinitis supraspinatus* merupakan kondisi peradangan yang terjadi pada tendon *supraspinatus* akibat trauma berulang dalam jangka waktu yang lama. Penyebab *tendinitis supraspinatus* adalah tumpang tindihnya tendon *supraspinatus* dengan *caput longus biceps*, yang menghasilkan gesekan dan tekanan berulang, menyebabkan kerusakan pada tendon otot *supraspinatus*. Gejalanya meliputi rasa nyeri di sekitar bahu dan pembatasan gerakan sendi bahu. Untuk mengetahui gejala dari *tendinitis supraspinatus* dapat dilakukan tes khusus yaitu tes *supraspinatus*, tes lengan jatuh, painfull arc, dan tes palpasi.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh modalitas ultrasound dan terapi latihan hold rileks pada kasus *tendinitis supraspinatus*.

Metode penelitian: Metode yang digunakan adalah studi kasus, sebuah pendekatan kualitatif yang melibatkan analisis mendalam terhadap suatu kasus tertentu dengan mengumpulkan berbagai sumber informasi dengan cara wawancara, observasi, analisis teks, dan pengamatan langsung untuk mengumpulkan data.

Hasil: Pasien menunjukkan peningkatan dalam mengurangi tingkat nyeri yang pada awal terapi yaitu nyeri diam 3 nyeri tekan 4 dan nyeri gerak 6 dan di terapi ke enam menjadi nyeri diam 0 nyeri tekan 2 dan nyeri gerak 2, untuk lingkup gerak sendi pada pertemuan awal 20°-0°-60° dan menjadi 40°-0°-100° pada pertemuan ke enam, dan untuk peningkatan aktivitas fungsional pada awal pertemuan 43% dan menjadi 11% pada pertemuan ke enam.

Kesimpulan: Penatalaksanaan fisioterapi dengan kombinasi modalitas ultrasound dan terapi latihan hold rileks terbukti efektif dalam mengurangi nyeri, meningkatkan lingkup gerak sendi dan meningkatkan fungsi bahu pada kasus *tendinitis supraspinatus*.

Kata kunci: *tendinitis supraspinatus*, ultrasound, terapi latihan (hold rileks)