

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut Badan Pusat Statistika (2020), saat ini Indonesia berada dalam transisi menuju era *ageing population* atau kondisi penuaan penduduk dimana terdapat 9,92% (26,82 juta) lanjut usia di Indonesia. Bersama proses penuaan dan tingginya usia harapan hidup maka akan meningkatkan jumlah penyakit degeneratif dan disabilitas pada penduduk lanjut usia (Pratama, 2019).

Berdasarkan hadits yang diriwayatkan dari Musnad Imam Ahmad dari sahabat Usamah bin Suraik, bahwasanya Rasulullah Shallallahu ‘Alaihi Wa Sallam bersabda: *“Aku pernah berada di samping Rasulullah, lalu datanglah segerombolan Arab Badui. Mereka bertanya: “Wahai Rasulullah, bolehkah kami berobat?” Beliau menjawab: “Iya, wahai para hamba Allah, berobatlah. Sebab Allah tidak meletakkan sebuah penyakit melainkan meletakkan pula obatnya, kecuali satu penyakit.” Mereka bertanya: “Penyakit apa itu?” Beliau menjawab: “Penyakit tua””* (HR. Ahmad).

Selain hadits di atas di dalam Al-Qur’an surat Maryam ayat 4 yang berbunyi:

قَالَ رَبِّ إِنِّي وَهَنَ الْعَظْمُ مِنِّي وَأَشْتَعَلَ الرَّأْسُ شَيْبًا وَلَمْ أَكُنْ
بِدُعَاؤِكَ رَبِّ شَقِيًّا ﴿٤﴾

Terjemahan arti: *“Ia (Zakaria) berkata, “Ya Tuhanku, sesungguhnya tulangku telah lemah dan kepalaku telah tumbuh uban, dan aku belum pernah kecewa dalam berdoa kepada Engkau, ya Tuhanku.”*

Kata wahana dalam ayat di atas yang berarti santai, lemah atau tidak cukup. Jelas sekali penggunaan kata ini ada dalam konteks penuaan dan perubahan yang terjadi dalam tulang manusia.

Osteoarthritis merupakan salah satu penyakit degeneratif kronis, menyebabkan gangguan muskuloskeletal, yang bersifat progresif dan lambat (Garbi *et al*, 2021). Osteoarthritis adalah kondisi sendi yang mengalami degeneratif dan terjadi kompresi pada persendian yang mengakibatkan rusaknya kartilago artikular yang menimbulkan rasa nyeri, terganggunya mobilitas seperti berjalan, ambulasi, dan kualitas hidup (efek fisik, sosial, psikologis dan lingkungan) pada penderita osteoarthritis (Khruakhorn, 2021).

Osteoarthritis lebih sering terkena pada sendi lutut dibanding sendi lainnya (Rahmanto, 2019). Osteoarthritis mempengaruhi 3,3%-3,6% dari populasi di dunia dan menyebabkan kecacatan sedang hingga berat pada 43 juta orang, menjadikan osteoarthritis urutan ke 11 dari penyakit yang dapat menimbulkan kecatatan dan disabilitas (Sen, 2021). Menurut Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menyebutkan prevalensi penyakit sendi di Indonesia sebesar 7,3% dengan 6,1% pada laki-laki dan 8,5% menyerang perempuan. Prevalensi penyakit sendi akan meningkat seiring bertambah usia dengan prevalensi 11,1% pada kelompok umur 45-54 tahun, 15,5% pada kelompok umur 55-64 tahun, 18,6% pada kelompok umur 65-74 tahun dan paling tinggi 18,9% pada kelompok umur 75 tahun ke atas. Di Jawa Tengah prevalensi penyakit sendi sekitar 7,2% mendekati prevalensi di Indonesia (Budiman, 2020).

Gejala utama yang dikeluhkan oleh penderita osteoarthritis adalah nyeri pada lutut (Milenia, 2021). Nyeri timbul secara perlahan-lahan dan mengganggu aktivitas fungsional, seperti berdiri dan berjalan. Nyeri lutut hilang ketika istirahat atau tidak melakukan aktivitasnya sehingga seseorang akan takut melakukan aktivitas yang dapat memicu timbulnya nyeri lutut tersebut (Wibowo dkk, 2017).

Penderita osteoarthritis membutuhkan latihan yang tepat untuk menurunkan nyeri dan peningkatan kemampuan aktivitas fungsionalnya. Salah satu latihan yang digunakan adalah latihan hidroterapi, karena memiliki keunggulan yaitu memperlancar sirkulasi darah, meningkatkan kekuatan otot serta kemampuan mengapung di dalam air dapat mengurangi kemungkinan terjadinya cedera dan melindungi persendian (Dong *et al*, 2018).

Pada penelitian Dias *et al* tahun 2017, penderita osteoarthritis lutut yang menjalani latihan hidroterapi menunjukkan peningkatan signifikan dalam kinerja otot lutut seperti kekuatan fleksor dan ekstensor lutut, kemampuan fleksor lutut, dan resistensi ekstensor lutut. Latihan hidroterapi dianjurkan pada terapi osteoarthritis lutut karena adanya karakteristik air, terutama efek *buoyancy* (daya apung air) yang berpotensi mengurangi beban sendi serta tekanan hidrostatik dan suhu air juga mampu mengurangi rasa sakit pada sendi.

Berdasarkan penelitian dan temuan sebelumnya. Peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian di tempat bekerja peneliti di Klinik Hidroterapi Lotus Semarang karena sering dijumpai banyak pasien osteoarthritis lutut dengan keluhan berupa nyeri sehingga terjadi penurunan aktivitas fungsional pasien.

Penelitian menggunakan metode *single case study* agar lebih mendalam mengenai pengaruh latihan hidroterapi yang digunakan.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, oleh karena itu peneliti tertarik untuk membahas lebih lanjut tentang penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan Hidroterapi Terhadap Intensitas Nyeri Dan Kemampuan Fungsional Pada Pasien Osteoarthritis Lutut.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, rumusan masalah dalam penelitian: Apakah terdapat pengaruh latihan hidroterapi terhadap intensitas nyeri dan kemampuan fungsional pada pasien osteoarthritis lutut?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh latihan hidroterapi terhadap intensitas nyeri dan kemampuan fungsional pada pasien osteoarthritis lutut.

2. Tujuan khusus

Untuk mengetahui apakah latihan hidroterapi dapat memberikan pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri dan peningkatan kemampuan fungsional pada pasien osteoarthritis lutut?

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktik terkait pengaruh latihan hidroterapi terhadap intensitas nyeri dan kemampuan fungsional pada pasien osteoarthritis lutut.

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti yang akan datang, mahasiswa fisioterapi, praktisi fisioterapi dan dosen fisioterapi atau bidang kesehatan yang lain. Sehingga dapat menambah wawasan dan memperdalam ilmu pengetahuan terkait pengaruh latihan hidroterapi terhadap intensitas nyeri dan kemampuan fungsional pada pasien osteoarthritis lutut.

2. Manfaat Praktis

- a. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan evaluasi mengenai pengaruh latihan hidroterapi terhadap intensitas nyeri dan kemampuan fungsional pada pasien osteoarthritis lutut.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman bagi penulis.