

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial maupun ekonomi (UU RI, No. 36. 2009). Adapun pengertian fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang diajukan pada individu dan atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang rentang kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik, elektroterapeutik, dan mekanis) pelatihan fungsi dan komunikasi (Permenkes RI, No. 9. 2013). Sangat banyak gangguan atau penyakit yang dapat ditangani oleh fisioterapis, diantaranya adalah *arthritis*.

Osteoarthritis (OA) merupakan penyakit sendi degeneratif yang progresif dimana rawan kartilago yang melindungi ujung tulang mulai rusak, disertai perubahan reaktif pada tepi sendi dan tulang subkhondral yang menimbulkan rasa sakit dan hilangnya kemampuan gerak (Depkes RI, 2006). Sendi lutut adalah salah satu sendi yang sangat penting untuk menopang sebagian besar berat tubuh dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti berjalan. Apabila sendi lutut mengalami kelainan maka dapat mengganggu aktivitas fungsional. Sendi lutut merupakan sendi yang paling sering terkena OA, dari 500 pasien penderita OA pada anggota

badan, 41,9% adalah OA sendi lutut, dengan jumlah wanita lebih besar daripada laki-laki, perbandingannya 1,3 : 1. Rata-rata laki-laki terkena pada usia 60 tahun dengan puncaknya pada usia 64-65 tahun, untuk wanita terkena OA sendi lutut rata-rata pada usia 65 tahun dengan puncaknya pada usia 65-67 tahun (Isbagio, 2006).

Sendi lutut yang mengalami gangguan *arthritis* sangat mengganggu dalam aktivitas fungsionalnya, maka penanganan OA lutut harus seoptimal mungkin dengan memahami keluhan-keluhan yang ditimbulkan OA pada lutut. Gangguan yang ditimbulkan pada kondisi OA lutut berupa gangguan kapasitas fisik dan gangguan fungsional. Osteoarthritis pada lutut dapat menimbulkan gangguan kapasitas fisik berupa: (1) adanya nyeri pada lutut baik nyeri diam, tekan, ataupun gerak, (2) adanya keterbatasan lingkup gerak sendi karena nyeri, (3) adanya spasme, penurunan kekuatan otot, dan odema. Sedangkan gangguan fungsionalnya berupa: (1) adanya gangguan aktivitas jongkok berdiri terutama saat *toileting*, (2) kesulitan untuk naik turun tangga terutama saat menekuk dan menapak, (3) berjalan jauh serta mengalami gangguan untuk aktivitas sholat terutama untuk duduk antara dua sujud, serta berdiri lama.

Banyak modalitas yang dapat digunakan fisioterapis untuk menangani kondisi OA pada lutut. Dengan modalitas berupa terapi latihan, fisioterapis dapat menangani keluhan-keluhan yang timbul pada kondisi OA. Terapi latihan merupakan modalitas yang tidak menggunakan biaya mahal, tidak seperti modalitas fisioterapi yang berupa elektroterapi. Terapi latihan yang

sistematik dan direncanakan pelaksanaannya dapat berfungsi untuk mengurangi nyeri, mengurangi keterbatasan gerak, mengurangi odema dan mengurangi *impairment*. Latihan juga dapat meningkatkan fleksibilitas, memperbaiki aliran darah dan kerja jantung, menjaga atau menurunkan berat badan, memperbaiki *mood*, dan meningkatkan daya tahan tubuh.

Berdasarkan uraian di atas penulis berminat untuk mengetahui dan mendalami manfaat terapi latihan dalam mengatasi permasalahan yang timbul akibat OA pada *knee*, dengan mengangkat karya tulis ilmiah yang berjudul “Penatalaksanaan Fisioterapi Dengan Modalitas Terapi Latihan Pada *Osteoarthritis Knee Sinistra* di RSUD. Dr. Moewardi Surakarta”.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah terapi latihan dapat mengurangi nyeri diam, tekan dan gerak pada kondisi *osteoerthritis knee sinistra*?
2. Apakah terapi latihan dapat meningkatkan lingkup gerak sendi (LGS) pada kondisi *osteoartitis knee sinistra*?
3. Apakah terapi latihan dapat meningkatkan kekuatan otot pada kondisi *osteoarthritis knee sinistra*?
4. Apakah terapi latihan dapat mengurangi oedema pada kondisi *osteoarthritis knee sinistra*?
5. Apakah terapi latihan dapat mengurangi spasme pada kondisi *osteoarthritis knee sinistra*?

C. Tujuan Laporan Kasus

Tujuan penelitian ini adalah

1. Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi latihan terhadap pengurangan nyeri pada OA lutut.
2. Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi latihan terhadap peningkatan LGS pada OA lutut.
3. Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi latihan terhadap peningkatan kekuatan otot pada OA lutut.
4. Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi latihan terhadap oedema pada OA lutut.
5. Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi latihan terhadap spasme otot pada OA lutut.

D. Manfaat Laporan Kasus

Manfaat penelitian ini adalah

1. Bagi penulis

Dapat mengenal OA lutut lebih dalam dan sebagai bahan pertimbangan dalam memilih modalitas penanganan nyeri, penambahan LGS, dan penguatan otot pada OA lutut.

2. Bagi pendidikan

Sebagai referensi penanganan OA lutut dan informasi ilmiah bagi penelitian selanjutnya.

3. Bagi masyarakat

Memberikan informasi mengenai OA lutut dan penanganannya kepada masyarakat.