

**HUBUNGAN ANTARA LINGKUP GERAK SENDI
FLEKSI – EKSTENSI SHOULDER TERHADAP UMUR**



Oleh :

WULAN BRURY WIBAWANI
J 110 070 067

**DISUSUN UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN PERSYARATAN DALAM
MENDAPATKAN GELAR SARJANA SAINS TERAPAN**

**PROGRAM DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2009**

BAB 1

PENDAHULUAN

Pada konsep paradigma menuju Indonesia sehat 2010, tujuan pembangunan kesehatan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap individu agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang optimal dengan cara menciptakan masyarakat yang berperilaku sehat serta berkemampuan untuk menjangkau pelayanan kesehatan yang diselenggarakan secara adil dan merata (Depkes RI, 1999). Untuk mencapai tujuan tersebut maka upaya kesehatan yang berupa usaha penyembuhan penderita berangsur – angsur berkembang ke arah kesatuan upaya kesehatan untuk seluruh masyarakat dengan peran serta masyarakat yang mencakup upaya peningkatan (*promotif*), pencegahan (*preventif*), penyembuhan (*kuratif*), pelayanan kesehatan tidak hanya terfokus pada upaya penyembuhan (*kuratif*) dan pemulihan (*rehabilitatif*) yang dilaksanakan secara menyeluruh, terpadu, dan berkesinambungan (Undang – Undang Kesehatan N0. 32/1992).

Fisioterapi sebagai suatu profesi yang mempunyai peran aktif dalam meningkatkan derajat kesehatan individu masyarakat yang tercermin dari rencana pembangunan kesehatan menuju Indonesia sehat 2010 bertanggung jawab pada derajat gerak dan fungsi sebagai kondisi sehat dan sakit seorang manusia, rencana menuju Indonesia sehat 2010 itu dapat terwujud jika individu fisioterapi mampu memberikan pelayanan sesuai standar profesional fisioterapi yang mengedepankan stick holder yang menyeluruh dan dapat dijangkau. Fisioterapi

dalam meningkatkan derajat kesehatan dan harkat hidup manusia yang berlandaskan etika fisioterapi, sehingga fisioterapi bertanggung jawab terhadap individu, keluarga, masyarakat, sesama fisioterapis dan tenaga kesehatan lainnya serta bangsa dan Negara.

Fisioterapi juga sebagai bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu dan atau kelompok individu untuk memperbaiki, mengembangkan, dan memelihara gerak dan kemampuan fungsi yang maksimal. Pelayanan tersebut mencakup perjalanan kehidupan individu dan kelompok untuk mencapai gerak dan fungsi yang sehat menuju hidup sehat (WCPT, 1999).

A. Latar Belakang Masalah

Adanya perubahan yang terjadi dalam tubuh seiring bertambahnya umur. Perubahan ini bisa terjadi di semua sistem dalam tubuh, terutama sistem muskuloskeletal. Perubahan pada sistem muskuloskeletal terjadi pada jaringan penghubung (*kolagen* dan *elastin*), *kartilago*, tulang, otot yang menimbulkan dampak berupa penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari – hari (Pudjiastuti, 2003). Bertambahnya umur maka jaringan *kolagen* yang terbentuk akan semakin banyak dan merenggangkan faal organ semua (Podrasky,1992). Perubahan yang terjadi pada sistem muskuloskeletal bisa menyebabkan penurunan lingkup gerak sendi. Penurunan lingkup gerak sendi yang terbesar terjadi pada cervical dan trunk, khususnya pada gerakan ekstensi, lateral fleksi dan rotasi (Doriot, 2006). Penelitian lain juga menyebut penurunan lingkup gerak sendi seiring bertambahnya umur, antara lain fleksi – ekstensi *wrist*, rotasi *hip* dan rotasi *shoulder* mengalami penurunan LGS dengan bertambahnya umur

(Allander, 1974) ; gerak aktif hip dan knee mengalami penurunan $3^0 - 5^0$ pada kelompok umur 25 – 39 tahun dan 60 – 74 tahun. Ekstensi hip menurun sampai 15% (Roach dan Miles, 1991); peningkatan lingkup gerak sendi *thoracolumbal* (fleksio, ekstensi, rotasi) terjadi pada kelompok umur 15 – 24 tahun dan mulai umur 25 – 34 tahun terjadi penurunan secara progresif (Moll dan Wright, 1971) ; LGS *shoulder* yang mengalami penurunan terbesar pada gerakan internal rotasi (Barnes, 2001).

B. Identifikasi Masalah

Permasalahan yang timbul seiring bertambahnya umur salah satunya adalah lingkup gerak sendi (LGS). Dengan adanya penurunan lingkup gerak sendi, perlu adanya upaya untuk menghindari kemunduran yang luas seiring bertambahnya umur. Fisioterapi memberikan intervensi untuk selalu menjaga tubuh dengan berolahraga.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat ada masalah seiring bertambahnya umur dari dalam penelitian ini peneliti memberikan batasan masalah tentang apakah ada hubungan antara lingkup gerak sendi fleksi – ekstensi *shoulder* terhadap umur

D. Perumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara lingkup gerak sendi fleksi – ekstensi *shoulder* terhadap umur

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara lingkup gerak sendi fleksi – ekstensi *shoulder* terhadap umur

2. Tujuan Khusus

Untuk menganalisa hubungan antara umur terhadap lingkup gerak sendi *shoulder*.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Manfaat bagi peneliti

Untuk meningkatkan pengetahuan dan pengalaman peneliti dalam memberikan pemecahan masalah bagaimana caranya selalu menjaga tubuh seiring bertambahnya umur.

2. Manfaat bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini dapat memperkaya kha sanah ilmu pengetahuan.

3. Manfaat bagi penderita

Begitu pentingnya menjaga tubuh terutama dengan berolahraga seiring bertambahnya umur.