

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Proses menua merupakan proses yang terus-menerus (berlanjut secara alamiah) yang dimulai sejak lahir dan umumnya dialami oleh semua makhluk hidup (Padila, 2013). Menurut WHO Tahun (2011), meningkatnya usia harapan hidup jumlah penduduk yang berusia diatas 65 tahun diproyeksikan akan tumbuh dari sekitar 524 juta mewakili 8 persen dari populasi dunia pada tahun 2010 menjadi hampir 1,5 miliar mewakili 16 persen dari populasi dunia pada tahun 2050.

Pemerintah menyebutkan melalui kementerian kesehatan RI Tahun (2013), membentuk suatu wadah pelayanan kesehatan yang diberi nama Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) adalah suatu wadah pelayanan kesehatan bersumber daya masyarakat (UKBM) untuk melayani penduduk lansia, yang proses pembentukan dan pelaksanaanya dilakukan oleh masyarakat bersama lembaga swadaya masyarakat (LSM), lintas sektor pemerintah dan non pemerintah, swasta, organisasi sosial, dan lain-lain yang menitik beratkan pelayanan kesehatan kepada promotif dan preventif. Upaya promotif dan preventif adalah salah satu cara untuk mengurangi permasalahan pada proses menua.

Semakin seseorang bertambah usia maka seseorang akan rentan terhadap suatu penyakit karena adanya penurunan pada sistem tubuhnya. Lansia

cenderung mengalami penurunan pada sistem *musculoskeletal*. Penurunan pada sistem *musculoskeletal* ini dapat mempengaruhi mobilitas fisik pada lansia salah satunya adalah nyeri lutut yang merupakan salah satu tanda dari *Osteoarthritis* (Pamungkas, 2009).

Osteoarthritis adalah salah satu gangguan *musculoskeletal* terbesar di dunia, yang mengenai 2693 dari 100.000 wanita dan 1770 dari 100.000 pria di dunia, paling banyak ditemukan pada wanita *post menopause*. WHO telah melaporkan bahwa *Osteoarthritis* lutut adalah peringkat keempat penyebab *disabilitas* pada wanita di dunia dan prevalensinya bertambah seiring bertambahnya usia (Roy *et al.*, 2015). Prevalensi terjadinya *Osteoarthritis* di dunia diprediksi akan menjadi dua kali lipat di tahun 2020 (Murphy *et al.*, 2011).

Osteoarthritis mempunyai keluhan berupa nyeri lutut, kaku persendian di pagi hari ketika bangun tidur, terjadi krepitasi disaat gerakan aktif pada lutut, dan nyeri tekan pada lutut. Salah satu kompetensi fisioterapi adalah untuk mengurangi rasa nyeri dan meningkatkan fungsi dengan kondisi *Osteoarthritis* lutut dengan memberikan latihan *agility* dan latihan *perturbation* yang bertujuan untuk mengurangi nyeri, mengurangi kekakuan sehingga meningkatkan fungsi lutut (Fitzgerald *et al.*, 2011).

Fisioterapi memiliki peran salah satunya dengan Latihan *agility* adalah kemampuan seseorang untuk bergerak berubah arah dengan tetap mempertahankan kestabilan, sehingga secara tidak langsung memerintah otot dan sistem *neuromuscular* untuk bereaksi dengan cepat. Sedangkan latihan *perturbation* adalah latihan keseimbangan, dimana terapis memberi gangguan

pada pasien yang berada diatas *roller board* atau *wobble board* dengan dorongan tangan atau tindakan lain yang akan membuat pasien mempertahankan keseimbangannya. Tujuan pemberian latihan *agility* dan latihan *perturbation* adalah untuk mengurangi defisit *proprioceptor* dan akan meningkatkan kemampuan signal *proprioceptor* terhadap otot yang akan meningkatkan kestabilan lutut, keseimbangan yang terkontrol dalam latihan dan mengembangkan kemampuan motorik sebagai pelindung lutut dari beban yang berprotensi bahaya selama melakukan aktifitas fungsional.

Penelitian latihan *agility* dan *perturbation* sebelumnya pernah diberikan pada seorang wanita berusia 73 tahun dengan *Osteoarthritis* lutut bilateral dengan keluhan utama nyeri dan ketidakstabilan lutut selama berjalan, menaiki tangga dan terganggunya aktifitas partisipasinya dalam olahraga yaitu *tennis* dan *golf*. Penelitian tersebut membuktikan bahwa dengan 12 sesi terapi selama dua kali seminggu, program rehabilitasi terdiri dari *stretching* ekstremitas bawah, *strengthening* dan *endurance* di tambah dengan latihan *agility* dan *perturbation*, pasien dapat berjalan lebih lama tanpa merasakan nyeri dan instabilitas, naik turun tangga tanpa berpegangan lagi, dan dapat kembali ke aktifitas olahraganya yaitu *golf* tanpa adanya nyeri dan instabilitas lutut. Hal ini menunjukan bahwa latihan *agility* dan *perturbation* dapat mengembalikan pasien dengan *Osteoarthritis* lutut ke level aktifitas fisik yang lebih tinggi dengan nyeri dan *instabilitas* lutut yang berkurang. Penelitian selanjutnya di butuhkan untuk meneliti peran *agility* dan *perturbation* pada pasien *Osteoarthritis* lutut (Fitzgerald *et al.*, 2002).

Berdasarkan hasil observasi dan pengukuran skala WOMAC yang dilaksanakan pada hari senin tanggal 11 Juli 2016 di Posyandu Lansia Seroja dengan populasi 35 orang pasien *Osteoarthritis* Lutut. Karena hanya mendapatkan populasi 35 orang, kemudian pada hari kamis tanggal 14 juli 2016 peneliti melakukan observasi ke Posyandu Lansia Bahagia mendapatkan hasil dengan populasi 55 orang pasien *Osteoarthritis* Lutut.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti sebagai tenaga profesional kesehatan mempunyai kemampuan dan keterampilan yang tinggi tertarik untuk mengembangkan, mencegah, mengobati dan mengembalikan gerak dan fungsi seseorang. Adapun peran fisioterapi yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan fungsi pada kasus *Osteoarthritis* adalah melaksanakan penelitian dengan judul “*Pengaruh latihan agility dan perturbation terhadap peningkatan aktifitas fungsional pasien Osteoarthritis Lutut di Posyandu Lansia Pelaihari*”.

Nabi Muhammad saw bersabda: Penghormatan terhadap lansia muslim adalah ketundukan kepada Tuhan. Beliau menegaskan, berkah dan kebaikan abadi bersama pada lansia kalian. Selain itu juga Nabi Muhammad Saw bersabda: Hormatilah orang-orang yang lebih tua dari kalian dan cintai serta kasihilah orang-orang lebih muda dari kalian. Penuaan sebagai tanda dan simbol pengalaman dan ilmu, para lansia memiliki kedudukan tinggi di masyarakat, khususnya dari sisi bahwa mereka adalah harta dari ilmu dan pengalaman, serta informasi pemikiran. Oleh sebab itu mereka harus dihormati, dicintai, dan diperhatikan serta pengalaman- pengalaman harus dimanfaatkan.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh latihan *agility* dan *perturbation* terhadap peningkatan aktifitas fungsional pada pasien *Osteoarthritis* lutut?

C. Tujuan penelitian

Untuk mengetahui pengaruh latihan *agility* dan *perturbation* terhadap peningkatan aktifitas fungsional pasien *Osteoarthritis* lutut.

D. Manfaat penelitian**1. Teoritis**

Peneliti diharapkan sebagai pedoman yang sesuai dengan kompetensi fisioterapi dalam menangani pasien *Osteoarthritis* lutut dalam peningkatan aktifitas fungsionalnya.

2. Praktis

- a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian yang akan datang.
- b. Hasil penelitian ini dapat mengetahui bahwa ada atau tidaknya pengaruh latihan *agility* dan *perturbation* terhadap peningkatan aktifitas fungsional pasien *Osteoarthritis* lutut.