

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **I.1. Latar Belakang**

Dewasa ini, penyakit tidak menular terus meningkat dari tahun ke tahun dan menjadi penyebab utama kecacatan juga kematian di Indonesia. Salah satunya yakni stroke yang merupakan penyebab utama kecacatan dan kematian. Laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2020) memperlihatkan bahwa stroke menjadi penyebab kedua kematian yakni sekitar 11% dari total penyebab kematian di dunia dan menjadi penyebab ketiga kecacatan di dunia. Kecatatan yang diakibatkan oleh stroke akan berdampak tidak hanya kepada penderitanya, tapi juga kepada anggota keluarganya. Beban ekonomi yang ditimbulkan akibat stroke akan sangat besar karena para penyandang stroke akan kehilangan hari kerja juga kehilangan kualitas hidup yang baik.

Stroke adalah kerusakan otak karena berkurangnya aliran darah yang disebabkan karena pembuluh darah yang tersumbat atau pecah sehingga mengakibatkan kerusakan pada sel otak (Dharma, 2018). Selain itu, Organisasi Kesehatan Dunia mengartikan stroke sebagai kumpulan dari beberapa ciri-ciri klinis berupa gangguan fungsi otak fokal maupun global karena adanya gangguan pembuluh darah yang dapat berdampak pada kematian (Prasetijo, 2013).

Dilaporkan sekitar 70% stroke terjadi di negara berkembang di mana insiden stroke meningkat lebih dari dua kali lipat selama empat dekade terakhir dan rata-rata terjadi 15 tahun lebih awal daripada di negara-negara maju. Di negara berkembang, tercatat sekitar 84% pasien stroke meninggal dalam waktu tiga tahun setelah diagnosis dan sekitar 16% di negara maju (WHO, 2020).

Berdasarkan hasil Riskesdas 2018, tercatat bahwa pada tahun 2018, per 1000 penduduk Indonesia terdapat 10,9 nya mengalami stroke. Angka yang tercatat menurun dibandingkan dengan tahun 2013 (12,10), namun lebih tinggi dari data Riskesdas 2007 yakni sebesar 8,3% (Kemenkes, 2018).

Dampak yang diakibatkan oleh serangan stroke beragam tergantung dengan bagian otak yang mengalami kerusakan. Beberapa dampak stroke yaitu kelemahan

anggota badan atau kelumpuhan (*hemiplegia/hemiparesis*), mati rasa pada separuh badan, penurunan fungsi mata, kesulitan berbicara dan atau memahami pembicaraan orang lain (*aphasia/disartria*), kesulitan menelan (*disphagia*), menurunnya kognitif dan emosional yang tidak stabil seperti cemas dan tekanan mental (Dharma, 2018).

Kebanyakan dari pasien stroke mengalami gangguan kontrol otot, mobilisasi dan keseimbangan karena kelumpuhan unilateral. Oleh karena itu, pasien kesulitan dalam melakukan tugas yang rumit, berdiri dan berjalan. Selain itu, pasien stroke juga kesulitan mengendalikan batang tubuh atau trunk saat menyesuaikan postur (Yu & Park, 2013).

*Core* merupakan bagian terbesar dari tubuh yang berperan penting dalam stabilisasi serta pergerakan segmen tubuh. *Trunkus/trunk* memungkinkan untuk mempertahankan postur tubuh dan pergerakan kaki atau lengan melawan gravitasi. *Trunk* juga berkontribusi pada pergerakan sentral sehingga tubuh bisa mengubah atau berganti postur dengan mudah dan halus (Yu & Park, 2013).

Selama ini, stabilitas dari trunkus pada rehabilitasi pasca stroke sering diabaikan dan lebih mengutamakan fungsi anggota gerak, berjalan dan kemandirian. Padahal untuk persiapan aktivitas kehidupan sehari-hari (AKS), stabilitas trunkus sangatlah diperlukan karena semakin lama dibiarkan, akan semakin sulit mengoreksi pola kompensatorik yang muncul (Wowiling et al., 2016).

Upaya preventif, kuratif dan rehabilitatif yang tepat dan efektif akan sangat berpengaruh bagi kesehatan masyarakat mengingat banyaknya dampak yang diakibatkan oleh stroke. Upaya yang diberikan bisa dari berbagai sumber, salah satunya yakni fisioterapi yang mana berdasarkan Ikatan Fisioterapi Indonesia merupakan layanan Kesehatan yang memiliki tujuan mengembalikan fungsi tubuh dan gerak pada pasien termasuk pada pasien pasca stroke (IFI, 2016).

Ada banyak pendekatan rehabilitasi yang didalamnya berfokus pada stabilisasi tulang belakang dan anggota gerak yang dapat diberikan kepada pasien pasca stroke. Beberapa diantaranya yaitu metode Bobath, *Motor Relearning Program*, *Proprioceptive Neuromuscular Facilitation*, dan metode *Core Stability Exercise* (Prasetijo, 2013).

Salah satu metode fisioterapi yang menjadi fokus yakni *core stability exercise*. Kemampuan saat mengendalikan batang tubuh sampai pelvis saat melakukan pergerakan, berpindah, mempertahankan posisi, mengontrol tekanan saat melakukan tugas, didefinisikan sebagai *core stability exercise*. Dengan kemampuan ini, maka akan tercipta stabilitas pada pusat tubuh untuk pergerakan bagian distal tubuh serta berperan melindungi persendian area distal saat melakukan pergerakan. Selama beraktifitas, dibantu oleh otot batang tubuh dan pelvis yang termasuk ke dalam otot-otot core serta terjadi pendistribusian energi tubuh dari bagian tubuh yang besar ke bagian yang kecil (Yuliana et al., 2014).

Studi sebelumnya telah membuktikan bahwa penggunaan *core stability exercise* terbukti sebagai metode yang efektif dalam fungsi keseimbangan dan gaya berjalan pada pasien stroke (Chung et al., 2013). Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk menganalisis dan meninjau bagaimana efektivitas dari *core stability exercise* terhadap *trunk control* pada pasien stroke sebagai tugas Karya Tulis Ilmiah Akhir yang akan dipaparkan dalam bentuk tugas Karya Tulis Ilmiah Akhir dengan judul “Efektivitas *Core Stability Exercise* Terhadap *Trunk Control* pada Pasien Stroke”.

## **I.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, maka penulis merumuskan suatu rumusan masalah yaitu : “Bagaimana efektivitas *core stability exercise* terhadap *trunk control* pada pasien stroke?”

## **I.3. Tujuan Penulisan**

### **I.3.1. Tujuan umum**

Diketahuinya efektivitas *core stability exercise* terhadap *trunk control* pada pasien stroke dengan menggunakan *literature review*.

### **I.3.2. Tujuan khusus**

- a. Diketahuinya proses fisiologis *core stability exercise* terhadap *trunk control* pada pasien stroke.

- b. Diketuainya dosis *core stability exercise* guna meningkatkan *trunk control* pada pasien stroke.
- c. Diketuainya metode *core stability exercise* guna meningkatkan *trunk control* pada pasien stroke.
- d. Diketuainya Efektivitas *core stability exercise* terhadap *trunk control* pada pasien stroke dengan menggunakan *literature review*.

#### **I.4. Manfaat Penulisan**

##### **I.4.1. Bagi Penulis**

Manfaat bagi penulis adalah untuk melengkapi salah satu syarat kelulusan dalam menyelesaikan pendidikan program studi diploma tiga Fisioterapi, dapat menambah wawasan, dan meningkatkan kemampuan meninjau, menganalisis masalah dan menambah wawasan kepada penulis mengenai efektivitas *core stability exercise* terhadap *trunk control* pada pasien stroke.

##### **I.4.2. Bagi Institusi**

Manfaat bagi institusi kesehatan adalah sebagai ikhtiar untuk membantu pengembangan ilmu pengetahuan juga memberikan pemahaman mengenai efektivitas intervensi *core stability exercise* terhadap *trunk control* pada pasien stroke.

##### **I.4.3. Bagi Masyarakat**

Manfaat bagi masyarakat yakni agar dapat memberikan wawasan mengenai peran fisioterapi dalam penanganan pasien stroke serta memberikan wawasan tentang bagaimana efektivitas pemberian *core stability exercise* terhadap *trunk control* pada pasien stroke.