

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan ilmu dan teknologi di berbagai bidang memberikan pengaruh dalam kehidupan baik dalam pembangunan, ekonomi, sampai dengan peningkatan gaya hidup manusia. Dengan berkembang pesatnya teknologi menyebabkan peningkatan gaya hidup manusia yang mendorong manusia untuk semakin konsumtif. Seperti kebiasaan-kebiasan mengkonsumsi makanan-makanan siap saji (*fast food*), merokok dan minuman beralkohol, kerja berlebihan serta kurang berolahraga. Perilaku-perilaku tersebut telah menjadi gaya hidup manusia terutama di perkotaan. Padahal kesemua perilaku tersebut merupakan faktor-faktor penyebab penyakit berbahaya seperti jantung dan *stroke*.

Stroke terjadi tanpa adanya gejala-gejala prodroma atau gejala dini, dan muncul begitu mendadak. Biasanya mengenai penderita pada umur < 45 tahun sebanyak 11,8 persen, pada umur 45-65 tahun sebanyak 54,2 persen dan pada umur >65 tahun sebanyak 33,5 persen. Pada umumnya angka kejadian pada laki-laki lebih banyak daripada perempuan. *Stroke* adalah penyebab kematian dan kecacatan yang utama di seluruh dunia. Kecacatan akibat *stroke* tidak hanya berdampak bagi penyandanginya, namun juga bagi keluarganya (Wardhani & Martini, 2014)

Stroke adalah gangguan fungsi otak akibat aliran darah ke otak mengalami gangguan karena adanya robekan atau sumbatan pada pembuluh darah arteri yang menuju otak, sehingga nutrisi dan oksigen yang dibutuhkan otak tidak terpenuhi dengan baik, pada akhirnya menyebabkan hilangnya sensasi, gerakan volunteer atau bagian tubuh (Noviyanti, 2014).

Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *stroke* pada usia muda dibagi dua kelompok besar yaitu faktor yang tidak dapat diubah (jenis kelamin, umur, riwayat keluarga) dan faktor yang dapat diubah seperti pola makan, kebiasaan olahraga dan lain-lain (Noviyanti, 2014).

Masalah-masalah yang ditimbulkan oleh *stroke* bagi kehidupan manusia pun sangat kompleks. Adanya gangguan-gangguan fungsi vital otak seperti gangguan koordinasi, gangguan keseimbangan, gangguan kontrol postur, gangguan sensasi dan gangguan refleks gerak akan menurunkan kemampuan aktivitas fungsional individu sehari-hari (Susanti dalam Irfan, 2012).

Hilangnya sensoris dan motorik pada pasien pasca *stroke* mengakibatkan gangguan keseimbangan termasuk kelemahan otot, penurunan fleksibilitas jaringan lunak, serta gangguan kontrol motorik dan sensoris. Fungsi yang hilang akibat gangguan kontrol motorik pada pasien *stroke* mengakibatkan hilangnya koordinasi dan hilangnya kemampuan merasakan keseimbangan tubuh dan kemampuan untuk mempertahankan posisi tertentu. Kesulitan membentuk dan mempertahankan postur yang tepat dapat diketahui saat pasien melakukan gerakan dari duduk ke berdiri maupun dari berdiri ke duduk (Thomson, 2010).

Untuk mengatasi gangguan keseimbangan dapat diberikan intervensi Fisioterapi. Fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada 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, elektroterapeutis dan mekanis) pelatihan fungsi dan komunikasi (PMK No 65 Tahun 2015).

Salah satu intervensi yang dapat diberikan oleh Fisioterapi adalah latihan *core stability*. *Core stability exercise* adalah latihan untuk mengontrol posisi dan gerakan pada bagian pusat tubuh. Target utama dari jenis latihan ini adalah otot yang letaknya lebih dalam (*deep muscle*) pada abdomen, yang terkoneksi dengan tulang belakang (*spine*), panggul (*pelvic*) dan bahu (*shoulder*). Aktivitas *core stability* akan membantu memelihara postur yang baik dalam melakukan gerak serta menjadi dasar untuk semua gerakan pada lengan dan tungkai. *Core stability exercise* merupakan salah satu intervensi yang sering digunakan dalam peningkatan keseimbangan. (Kamayoga, Adiputra, Lesmana, Tirtayasa, Ngurah, & Imron, 2017).

Kemampuan pada pasien pasca *stroke* dalam mengontrol pergerakan dari batang tubuh (*trunk*) dan ekstremitas mengalami gangguan. Dengan dilakukan

latihan *core stability* diharapkan dapat meningkatkan kekuatan dari otot inti yang bertanggung jawab untuk menjaga stabilisasi tulang belakang (*vertebrae*), serta meningkatkan kekuatan dari ekstremitas atas dan ekstremitas bawah bagian tubuh yang lemah, sehingga dapat meningkatkan keseimbangan pada pasien pasca stroke (Kamayoga, Adiputra, Lesmana, Tirtayasa, Ngurah, & Imron, 2017).

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk mengangkat topik tersebut sebagai tugas karya tulis ilmiah akhir yakni latihan *core stability* terhadap peningkatan kemampuan keseimbangan duduk pada pasien pasca *stroke* iskemik.

I.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis dapat menarik beberapa identifikasi masalah, antara lain :

- a. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya *stroke* yaitu faktor yang tidak dapat diubah (jenis kelamin, umur, riwayat keluarga) dan faktor yang dapat diubah seperti pola makan, kebiasaan olahraga dan lain-lain.
- b. Gangguan kontrol motorik pada pasien *stroke* mengakibatkan hilangnya koordinasi dan hilangnya kemampuan merasakan keseimbangan tubuh dan kemampuan untuk mempertahankan posisi tertentu.
- c. Gangguan *trunk control* mengakibatkan pasien pasca *stroke* kesulitan untuk melakukan aktivitas secara efektif dan efisien.
- d. Latihan *core stability* dapat meningkatkan kemampuan keseimbangan duduk pada pasien pasca *stroke* iskemik.

I.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut :

Bagaimana peningkatan keseimbangan duduk pada pasien pasca *stroke* iskemik setelah diberikan latihan *core stability* selama 9 kali latihan?

I.4 Tujuan Penulisan

Tujuan penulisan dari karya tulis ilmiah ini adalah untuk mengkaji

peningkatan keseimbangan duduk pada pasien pasca *stroke* iskemik setelah diberikan latihan *core stability* selama 9 kali.

I.5 Manfaat Penulisan

Dalam penulisan tugas karya tulis ilmiah akhir ini penulis berharap dapat bermanfaat bagi :

a. Penulis

Manfaat bagi penulis sebagai salah satu kelulusan dalam menyelesaikan program diploma D-III Fisioterapi, menambah pengetahuan, mempelajari, menganalisa masalah serta memberi pemahaman kepada penulis tentang penatalaksanaan, proses hingga pengaruh latihan *core stability* dalam meningkatkan keseimbangan duduk pada pasien pasca *stroke* iskemik.

b. Institusi

Bermanfaat bagi institusi-institusi kesehatan pada kasus *stroke* yang terjadi atau ditemui di masyarakat agar dapat ditangani dengan baik.

c. Masyarakat

Memberikan informasi baru kepada masyarakat tentang kasus *stroke*, peran fisioterapi dalam mengenai kasus tersebut dan pengaruh latihan *core stability* dalam meningkatkan keseimbangan duduk pada pasien pasca *stroke* iskemik.