

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Kesehatan merupakan hal yang penting dalam setiap aktivitas manusia, tanpa kesehatan manusia akan mengalami kesulitan untuk bergerak dan beraktifitas secara baik dan fungsional.

Osteoarthritis (OA) merupakan penyakit sendi yang paling sering ditemukan di dunia. Penyakit ini menyebabkan nyeri dan gangguan gerakan sendi sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari dan kerap kali menimbulkan ketidak mampuan, penyakit ini jarang ditemui pada usia di bawah 46 tahun tetapi lebih sering dijumpai pada usia di atas 60 tahun. Faktor umur dan jenis kelamin menunjukkan adanya perbedaan frekuensi (Solomon 1995, hlm. 186-188).

Penyakit Sendi Degeneratif (Osteoarthritis) adalah penyakit kerusakan tulang rawan sendi yang berkembang lambat dan penyebabnya belum diketahui atau gangguan pada sendi yang bergerak (Price & Wilson 1995, hlm. 1381-1384).

Karena pada kondisi osteoarthritis sendi lutut sering menimbulkan rasa sakit serta ketidakmampuan akan bertambah dengan munculnya kelemahan otot quadriseps dan atrofi otot, yang merupakan komponen yang penting dalam membantu menstabilisasi persendian. Sedangkan kelemahan otot quadriseps dapat mengakibatkan semakin parahnya osteoarthritis. Kelemahan otot, terutama otot quadrisep, telah diketahui sangat berhubungan dengan OA lutut. Kelemahan quadrisep pada OA lutut disebabkan oleh inhibisi neuromuskuler yang terjadi karena nyeri dan efusi, dan disuse atrophy karena inaktivitas. Penelitian menunjukkan bahwa kelemahan otot quadrisep juga bisa terjadi sebelum OA dan menjadi faktor resiko terjadinya OA lutut. Oleh karena itu penguatan otot quadrisep menjadi fokus dalam latihan penguatan untuk pasien OA lutut

Fisioterapi memiliki beberapa terapi latihan untuk menangani problematika tersebut. Salah satu metode yang di gunakan adalah Partial Squat Exercise. Terapi latihan dengan menggunakan partial squat pada osteoarthritis dapat menguatkan

otot-otot lutut, karena otot yang lemah bisa menyebabkan disfungsi atau kerusakan pada sendi.

Fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang di tujukan kepada individu dan atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang rentang kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, komunikasi (permenkes No 80 Tahun 2013, Tentang Penyelenggaraan Pekerjaan dan Praktik Fisioterapi)

Terapi Latihan pada kondisi osteoarthritis knee apabila dilakukan secara teratur dapat mengurangi nyeri pada sendi lutut, mengurangi spasme, mencegah kontraktur, meningkatkan kekuatan otot dan LGS serta odema (Sujatno 1993, hlm. 166)

I.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, dapat dibuat identifikasi masalah sebagai berikut :

- a. Terdapat kelemahan otot-otot pada daerah lutut khususnya otot quadriceps, dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah Akhir ini, di harapkan problematika pada osteoarthritis dapat hilang/ berkurang setelah di berikan terapi latihan dengan metode partial squat exercise terutama problematika kekuatan otot quadriceps. Sehingga penderita osteoarthritis lutut dapat melakukan aktivitas sehari-hari secara maksimal.
- b. Osteoarthritis lutut merupakan penyebab utamanya rasa sakit dan ketidakmampuan fisik dibandingkan OA pada bagian sendi lainnya.

I.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka rumusan masalahnya adalah “Apakah terapi latihan dengan metode partial squat bisa menguatkan otot quadriceps dan mengurangi derajat nyeri setelah dilakukan exercise selama 15 x terapi?”

I.4 Tujuan Penulisan

Adapun tujuan penulisan dalam Karya Tulis Ilmiah Akhir ini adalah untuk mengetahui bagaimana peningkatan kekuatan otot quadriceps dan penurunan derajat nyeri pada kasus osteoarthritis setelah diberikan terapi partial squat Exercise selama 15 x terapi.

