

BAB I PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang

Pada dasarnya pembangunan kesehatan merupakan salah satu dari upaya pembangunan nasional yang ditujukan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemajuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan yang optimal. Kesehatan menurut UU No. 36 tahun 2009 adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun social yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis.

Manusia sebagai makhluk biopsikososial membutuhkan kondisi yang optimal untuk berinteraksi dan beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Hal tersebut merupakan kebutuhan dasar manusia untuk dapat melakukan aktivitas dengan kapasitas kemampuan gerak dan kemampuan fungsionalnya. Sehingga keadaan sehat merupakan sesuatu keadaan yang dinamis dan dapat ditingkatkan secara optimal. Gangguan kesehatan pada manusia dapat disebabkan karena beberapa faktor, salah satunya adalah faktor degeneratif yang dapat menyebabkan gangguan gerak dan fungsi pada manusia.

Penyakit degeneratif merupakan suatu istilah medis untuk menjelaskan suatu penyakit yang muncul akibat proses kemunduran fungsi sel dan organ tubuh. Salah satu penyakit degeneratif yang paling sering dialami adalah *Osteoarthritis*.

Osteoarthritis (OA) merupakan suatu sindroma klinik yang ditandai dengan adanya kereusakan atau gangguan pada kartilago artikuler, tulang subkondral, permukaan sendi, sinovium dan jaringan paraartikular, dengan karakteristik menipisnya kartilago secara progresif, disertai dengan pembentukan tulang baru pada tepi sendi (*osteofit*) dan trabekula subkondral (Syamsumin Kurnia Dewi,2009).

Menurut Stitik (2006) dikutip oleh Syamsumin Kurnia Dewi (2009) di Amerika insidensi osteoarthritis meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Pada usia 55-64 tahun, 28% pria dan wanita menunjukkan tanda – tanda osteoarthritis pada lutut, dan 23% menunjukkan osteoarthritis pada pinggul.

Osteoarthritis dapat terjadi pada sendi manapun, namun yang paling sering terjadi yaitu *osteoarthritis* pada sendi lutut. Tanda dan gejala *Osteoarthritis* lutut antara lain, nyeri disekitar lutut, kelemahan otot, keterbatasan lingkup gerak sendi lutut, krepitasi pembengkakan sendi dan ketidakstabilan sendi lutut. Hal tersebut menyebabkan gangguan gerak dan fungsi dalam pemenuhan kebutuhan serta aktivitas sehari – hari. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi problem gerak dan fungsi pada pasien *osteoarthritis* lutut 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, elektroterapeutik dan mekanis), pelatihan fungsi, komunikasi (Permenkes No.80 Tahun 2013, Tentang Penyelenggaraan Pekerjaan dan Praktik Fisioterapi).

Fisioterapi memiliki beberapa modalitas dan terapi latihan untuk menangani problematika tersebut. Salah satu metode yang digunakan adalah *Open Kinetic Chain Exercises*.

Open kinetic chain exercises merupakan suatu latihan yang progresif untuk melatih dan meningkatkan lingkup gerak sendi serta kekuatan otot, dalam kasus ini khususnya pada sendi lutut. *Open Kinetic Chain Exercises* adalah gerakan yang melibatkan segmen distal bergerak secara bebas tanpa harus menyebabkan gerakan yang tidak penting akibat gerakan simultan pada sendi. *Open kinetic chain exercises* menggunakan prinsip non weight bearing (Lippincott Williams & Wilkins, 2007).

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah Akhir ini, diharapkan problematika pada osteoarthritis dapat hilang / berkurang setelah diberikan terapi latihan dengan metode *open kinetic chain exercises* terutama problematik kestabilan sendi lutut, Sehingga penderita *Osteoarthritis* lutut dapat melakukan aktivitas sehari – hari secara maksimal.

I.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut : “ Bagaimana kondisi stabilitas sendi lutut pada kasus osteoarthritis setelah diberikan terapi latihan dengan metode *open kinetic chain exercises*”.

I.3. Tujuan Penulisan

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini adalah untuk mengetahui Bagaimana kondisi stabilitas sendi lutut pada kasus osteoarthritis setelah diberikan terapi latihan dengan metode *open kinetic chain exercises*.

I.4. Terminologi Istilah

Untuk memperjelas dan mencegah kesalahpahaman, maka akan diuraikan batasan-batasan tentang kata-kata dalam judul karya tulis ilmiah akhir ini yaitu:

a. Terapi Latihan

Terapi latihan merupakan upaya penyembuhan yang terdiri dari gerak aktif dan pasif anggota gerak tubuh yang bertujuan untuk mengurangi oedema, mengurangi nyeri, meningkatkan lingkup gerak sendi (LGS) dan kekuatan otot serta meningkatkan kemampuan fungsional (Kisner dan Colby, 2007).

b. *Open Kinetic Chain Exercises*

Open kinetic chain exercises merupakan suatu latihan yang progresif untuk melatih dan meningkatkan lingkup gerak sendi serta kekuatan otot, dalam kasus ini khususnya pada sendi lutut. *Open Kinetic Chain Exercises* adalah gerakan yang melibatkan segmen distal bergerak secara bebas tanpa harus menyebabkan gerakan yang tidak penting akibat gerakan simultan pada sendi. *Open kinetic chain exercises* menggunakan prinsip non weight bearing (Lippincott Williams & Wilkins, 2007).

c. *Osteoarthritis*

Osteoarthritis (OA) adalah suatu sindroma klinik yang ditandai dengan adanya kereusakan atau gangguan pada kartilago artikuler, tulang subkondral, permukaan sendi, sinovium dan jaringan paraartikular, dengan karakteristik menipisnya kartilago secara progresif, disertai dengan pembentukan tulang baru pada tepi sendi (*osteofit*) dan trabekula subkondral (Syamsumin Kurnia Dewi,2009).

