

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Cita-cita Bangsa Indonesia sebagaimana tercantum dalam Pembukaan Undang-Undang Dasar 1945 adalah melindungi segenap Bangsa Indonesia dan seluruh tumpah darah Indonesia dan untuk memajukan kesejahteraan umum, mencerdaskan kehidupan bangsa dan ikut melaksanakan ketertiban yang berdasarkan kemerdekaan, perdamaian abadi dan keadilan sosial (Depkes,1992).

Dalam rangka mencapai cita-cita bangsa tersebut diselenggarakan pembangunan nasional disemua bidang kehidupan yang berkesinambungan yang merupakan suatu rangkaian pembangunan yang menyeluruh, terpadu dan terarah.

Dengan semakin majunya perkembangan zaman, persaingan dalam segala bidang semakin ketat. Dunia ilmu pengetahuan dan teknologi dalam bidang kesehatan baik peralatan maupun metodologi untuk menangani berbagai macam penyakit juga situasinya mengalami kemajuan. Kita sebagai manusia juga dituntut untuk mandiri dan berfikir kreatif dalam melakukan segala hal untuk memenuhi kebutuhan hidupnya sehingga terwujud kesehatan masyarakat yang optimal.

Tujuan pembangunan kesehatan adalah untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya, sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomi. (UU Kesehatan No 36 Tahun 2009 BAB II Pasal 3).

Upaya kesehatan masyarakat yang semula hanya penyembuhan saja, sekarang berangsur-angsur berkembang sehingga mencakup upaya peningkatan (promotif), upaya pencegahan (preventif), upaya penyembuhan (kuratif) dan upaya pemulihan (rehabilitatif) yang bersifat menyeluruh, terpadu dan berkesinambungan dengan melibatkan peran serta masyarakat (Dep. Kes RI, 1999).

Dalam upaya mewujudkan pelayanan yang menyeluruh tersebut diperlukan adanya kerjasama dari berbagai pihak dan disiplin ilmu. Dalam hal ini fisioterapi sebagai bagian dari pelayanan kesehatan ikut berperan dan bertanggung jawab

dalam upaya meningkatkan kapasitas fisik dan kemampuan fungsional agar dapat mandiri secara optimal.

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, komunikasi, (PERMENKES No.80/MENKES/SK/XII/2013, tentang standar profesi fisioterapi).

Anggota badan manusia terdiri dari dua bagian. Ekstremitas atas dan bawah. Ekstremitas atas terdiri dari lengan dan tangan, serta ekstremitas bawah terdiri dari tungkai dan kaki. Masing-masing ekstremitas memiliki peran yang sangat penting dalam menjalani aktifitas. Apabila salah satu ekstremitas mengalami gangguan atau masalah, maka akan sangat mengganggu kehidupan sehari-hari.

Bahu merupakan bagian dari ekstremitas atas. Bahu adalah salah satu bagian tubuh dimana bagian-bagian lengan bersambungan dengan batang tubuh (Danil Santana.2007: 588). Semua gerakan pada bahu dihubungkan dengan sendi-sendi yang saling berhubungan. Jika ada gangguan pada salah satu sendi, maka kemungkinan besar akan berakibat pula bagi sendi yang lain dan akan mengganggu fungsional dari bahu itu sendiri.

Salah satu gangguan pada bahu adalah *Tendinitis Bicipitalis*. Tendon caput longum yang bersama dengan tendon otot supraspinatus berada di terowongan yang dibentuk oleh caput humeri dengan acromion berikut ligamentum coracoacromiale bisa memiliki kerusakan secara tersendiri. *Tendinitis bicipitalis* bersifat trauma-reaktif akibat jatuh atau dipukul pada bahu dengan lengan sedang beradduksi dan tangan supinasi, mungkin juga kerja keras yang berulang kali melakukan gerakan lengan adduksi dan tangan pada posisi supinasi (Priguna Sidharta, 1984:96).

Kondisi *tendinitis bicipitalis* dapat mengganggu aktifitas sehari-hari. Oleh karena itu program fisioterapi diberikan dengan tujuan untuk mengatasi problem yang ada. Problematik fisioterapi yang terdapat pada kasus tendinitis bicipitalis meliputi nyeri, penurunan kekuatan otot dan menurunnya lingkup gerak sendi. Maka terapi yang dapat digunakan adalah penanganan menggunakan modalitas

dan penanganan secara manual. gerak yang dialami pasien dengan menggunakan metode dan modalitas yang tepat.

Beberapa modalitas fisioterapi yang dapat digunakan pada kasus Tendinitis Bicipitalis antara lain SWD (Short Wave Diathermy), MWD (Micro Wave Diathermy), IRR (Infra Red Radiation), US (Ultrasound), TENS (Trans Electrical Nerve Stimulation). Selain itu ada berbagai macam terapi latihan antara lain *Codman Pendulum Exercise*, *Active Resseded Exercise*, *Hold Relax Exercise*, dan lain-lain.

Terapi yang dipilih oleh penulis adalah *Active Resseded Exercise* yang berfungsi untuk meningkatkan kekuatan otot dan menambah lingkup gerak sendi yang disebabkan karena adanya perlengktan pada sendi bahu.

Maka dalam penulisan karya tulis ilmiah ini, penulis mengambil judul : Latihan *Active Resseded* untuk Meningkatkan Kekuatan Otot Pada Kondisi *Tendinitis Bicipitalis*.

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

Berdasarkan latar belakang di atas maka penulis akan merumuskan bagaimana pemberian *Active Resseded Exercise* dapat meningkatkan kekuatan otot pada kondisi *Tendinitis Bicipitalis* shoulder?

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

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan penulisan karya tulis ilmiah ini adalah :

- a Mengetahui lebih rinci tentang *Tendinitis Bicipitalis* dengan berbagai problematiknya.
- b Mengetahui lebih rinci mengenai *Active Resseded Exercise* dan berbagai manfaatnya.
- c Mengetahui peningkatan kekuatan otot pada kondisi *Tendinitis Bicipitalis* setelah diberikan *Active Resseded Exercise*.

#### **I.4. Pembatasan Masalah**

Dalam Karya Tulis Ilmiah Akhir ini penulis hanya membatasi masalah Latihan *Active Ressisted* untuk Meningkatkan Kekuatan Otot Pada Kondisi *Tendinitis Bicipital*.

#### **I.5. Terminologi Istilah**

##### **I.5.1. *Tendinitis Bicipitalis***

*Tendinitis bicipital* adalah tensinovitis dan degenerasi tendo pada caput longum otot biceps pada alur bicipitalis dari humerus (Chaerudin Rasjad,1998: 213). *Tendinitis bicipital* adalah peradangan yang tetap terlokalisir pada sarung tendon caput longum biceps brachii (Prasetya Hudaya,2007).

##### **I.5.2. Kekuatan Otot**

Kekuatan otot adalah kemampuan tubuh menggerakkan daya maksimal terhadap objek yang ada di luar tubuh (Rusli Lutan, 2002). Pengertian lain dari kekuatan otot adalah kemampuan seseorang untuk menggerakkan usaha secara maksimal.

##### **I.5.3. *Active Ressisted Exercise***

*Active Ressisted Exercise* adalah bentuk latihan dengan melakukan gerakan dinamis melawan tahanan pada sepanjang lingkup gerak sendi (Kisner, 1996).