

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Manusia merupakan makhluk hidup, salah satu ciri makhluk hidup adalah bergerak. Manusia bergerak untuk memenuhi kebutuhan hidup dan melakukan aktivitas sehari-hari. Jika terjadi gangguan dari alat gerak, maka manusia mengalami gangguan dalam melakukan kegiatan sehari-harinya. Yang sering mengalami gangguan adalah persendian terutama sendi lutut yang mana memiliki gerak yang cukup berat dan sebagian besar digunakan manusia dalam melakukan aktivitas dan memenuhi kebutuhan hidup. Oleh karena itu, gerak dan fungsi dari sendi lutut harus dijaga kesehatannya. Banyak faktor atau penyebab yang dapat menimbulkan gangguan tersebut, salah satu diantaranya *osteoarthritis* lutut (Triyono, 2018: 139).

Osteoarthritis menurut *American Collage Rheumatology* merupakan sekelompok kondisi heterogen yang mengarah kepada tanda dan gejala sendi. *Osteoarthritis* merupakan penyakit degenerative dan progresif yang mengenai dua per tiga orang yang berumur lebih dari 65 tahun, dengan prevalensi 60,5% pada pria dan 70,5% pada wanita. Seiring bertambahnya jumlah kelahiran yang mencapai usia pertengahan dan obesitas serta peningkatan dalam populasi masyarakat *osteoarthritis* akan berdampak lebih buruk di kemudian hari, karena sifatnya yang kronik progresif (Pratama, 2019: 22).

Penyakit ini ditandai oleh adanya abrasi tulang rawan sendi dan adanya pembentukan tulang baru yang *irreguler* pada permukaan persendian. Nyeri menjadi gejala utama terbesar pada sendi yang mengalami *osteoarthritis*. Rasa nyeri diakibatkan setelah melakukan aktivitas dengan penggunaan sendi dan rasa nyeri dapat diringankan dengan istirahat, namun baik penyebab maupun pengobatannya belum sepenuhnya diketahui. Penyakit ini menyebabkan nyeri dan disabilitas pada pasien sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari (Purnomo, 2017: 34).

Di Indonesia, prevalensi *osteoarthritis* lutut pada usia <40 tahun mencapai 5% pada usia 40 sampai 50 tahun mencapai 30% dan 65% pada usia >51 tahun. Perkiraan seluruh dunia menunjukkan bahwa 9,6% pria dan 18% wanita lebih dari 60 tahun memiliki gejala *osteoarthritis* lutut (Risikesdas, 2013).

Osteoarthritis telah menjadi tantangan kesehatan masyarakat yang utama karena menyebabkan nyeri kronis, mengurangi fungsi fisik dan kualitas hidup dan telah dikaitkan dengan peningkatan populasi yang telah menua dan prevalensi global obesitas. Penyakit ini membebankan beban kesehatan yang signifikan. *Osteoarthritis* (OA) kronis dari sendi ekstremitas bawah dapat menyebabkan berkurangnya kebugaran kebugaran fisik dengan resiko peningkatan penyakit penyerta. Gambaran klinis OA lutut kronis termasuk rasa sakit, edema dan kelemahan otot yang dapat menyebabkan deformitas postural. Jangka panjang deformitas postural menyebabkan otot-otot menjadi kaku, sehingga mengurangi fleksibilitas dan gaya berjalan yang normal. OA lutut kronis mengarah paha kelemahan otot quadriceps yang berfungsi sebagai ekstensor utama dan stabilisator lutut. (Olagbegi *et al*, 2017: 1).

Fisioterapi mempunyai peranan penting dalam penanganan keluhan nyeri yang diakibatkan oleh *osteoarthritis* lutut. Adapun peran fisioterapi yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri pada kasus *osteoarthritis* lutut antara lain dengan menggunakan modalitas berupa *Infra Red*, *Ultrasound*, *Micro wave Diathermy*, *Short Wave Diathermy*, *Transcutaneous Elektrical Nervus Stimulation* (TENS) dan *Exercise*.

Terdapat banyak sekali *exercise* yang dapat digunakan untuk terapi latihan penderita *osteoarthritis* lutut salah satunya *closed kinetic chain*. *Closed kinetic chain* adalah hubungan rantai tertutup dimana gerakan disendi secara bersamaan menghasilkan gerakan disendi lain dari ekstremitas. Jadi baik proksimal dan bagian distal berkontraksi dalam waktu yang sama, serta dapat meningkatkan stabilitas sendi, meningkatkan kekuatan otot dan mengurangi nyeri (Olagbegi *et al*, 2017: 2).

Penyuluhan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan menanamkan keyakinan, sehingga masyarakat tidak saja sadar, tahu dan mengerti tetapi juga mau melakukannya. Promosi kegiatan kesehatan dapat melalui pengembangan media KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi), salah satu media cetak KIE adalah *booklet*. Penggunaan *booklet* dipilih karena lebih efektif, banyak digunakan sebagai media penyampaian informasi, desain dan ilustrasi serta warna lebih menarik sehingga diharapkan dapat memotivasi kesadaran dan membantu meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama lansia yang memiliki gangguan nyeri *osteoarthritis* lutut dapat melakukan latihan *Closed Kinetic Chain* melalui *booklet* tersebut.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis merasa tertarik dan ingin membuat media Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) berupa *booklet* dengan judul Terapi latihan *Closed Kinetic Chain* untuk menurunkan Nyeri *Osteoarthritis* Lutut.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka didapatkan rumusan masalah “Bagaimana desain media KIE berupa *booklet* tentang Terapi Latihan *Closed Kinetic Chain* untuk Menurunkan Nyeri *Osteoarthritis* Lutut?”.

C. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Mengetahui terapi latihan *closed kinetic chain* untuk memberi informasi untuk menurunkan nyeri *osteoarthritis* lutut melalui pembuatan media KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi) berupa *booklet*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui terapi latihan *closed kinetic chain* sebagai media promotif berupa *booklet* dalam upaya menurunkan nyeri *osteoarthritis* lutut.
- b. Memberikan informasi tentang terapi latihan *closed kinetic chain* untuk menurunkan nyeri *osteoarthritis* lutut melalui pengembangan media KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi) berupa *booklet*.

D. MANFAAT

1. Bagi Fisioterapi

Memberikan sumbangan informasi dalam meningkatkan profesionalisme bagi fisioterapis tentang penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi nyeri *osteoarthritis* lutut melalui media KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi) berupa *booklet*.

2. Bagi Masyarakat umum

Memberikan informasi melalui media KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi) berupa *booklet* tentang terapi latihan yang dapat mengurangi keluhan nyeri pada penderita *osteoarthritis* lutut, sehingga diharapkan pasien mampu melakukan latihan secara mandiri dirumah.

3. Bagi Peneliti

Memberikan pengetahuan dan memperkaya pengalaman bagi penulis dalam memberikan penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *osteoarthritis* lutut melalui media KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi) berupa *booklet*.

E. KEUTAMAAN

Keutamaan dari media KIE (Komunikasi Informasi dan edukasi) ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk menambah wawasan dan pengetahuan bagi mahasiswa maupun masyarakat luas tentang manfaat terapi latihan *closed kinetic chain* untuk menurunkan nyeri *osteoarthritis* lutut melalui media KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi) berupa *booklet*.

2. Meningkatkan daya tarik dan minat masyarakat serta fisioterapis tentang terapi latihan *closed kinetic chain* untuk menurunkan nyeri *osteoarthritis* lutut melalui media KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi) berupa *booklet*.

3. Sebagai upaya untuk menyampaikan informasi kesehatan tentang terapi latihan *closed kinetic chain* untuk menurunkan nyeri *osteoarthritis* lutut melalui media KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi) berupa *booklet*.

F. LUARAN

Luaran yang dihasilkan yaitu media KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi) berupa *booklet* tentang terapi latihan *Closed Kinetic Chain* untuk menurunkan nyeri *osteoarthritis* lutut dan sebagai media promotif untuk menambah pengetahuan kepada masyarakat tentang terapi untuk mengurangi nyeri *osteoarthritis* lutut.