

BAB I

PENDAHULUAN

Vertigo merupakan masalah kesehatan yang sering dihadapi masyarakat. Vertigo adalah salah satu bentuk sakit kepala yang digambarkan seperti gerakan berputar atau melayang disertai pusing, pening, bahkan mual dan muntah serta ketidakmampuan menjaga keseimbangan dan dapat mengakibatkan kesulitan berdiri atau berjalan yang disebabkan oleh gangguan pada sistem vestibuler. Seseorang yang mengalami vertigo akan mempersepsikan suatu gerakan yang abnormal atau suatu ilusi berputar. Penderita merasakan atau melihat lingkungannya bergerak, padahal diam, atau penderita merasakan dirinya bergerak, padahal tidak. Kondisi ini akan membuat penderitanya kehilangan keseimbangan, sehingga kesulitan untuk sekadar berdiri atau bahkan berjalan (Fithriana, 2020).

Serangan vertigo jika tidak segera ditangani akan menyebabkan beberapa dampak buruk bagi penderitanya antara lain ancaman nyawa. Vertigo bisa menjadi gejala atau tanda awal penyakit tertentu yang berhubungan dengan otak dan telinga seperti penyebab serius dari gejala awal tumor otak dan indikasi serius terhadap gangguan pada telinga atau organ pendengaran. Infeksi yang terjadi pada bagian dalam telinga bisa menyebabkan kerusakan organ telinga sehingga penderita bisa kehilangan pendengaran secara permanen. Kondisi inilah yang harus diwaspadai oleh semua penderita vertigo. Akibat vertigo, penderita akan kehilangan waktu produktif karena biasanya penderita tidak dapat beraktifitas seperti biasanya. Gejala akut vertigo primer dan komplikasi dapat menyebabkan peningkatan gejala fisik yang berdampak negatif pada pemulihan dan mengurangi kualitas hidup penderita (Chen *et al.*, 2023)

Prevalensi vertigo merupakan masalah kesehatan global yang signifikan, terutama seiring bertambahnya usia populasi. Semakin tua usia seseorang, risiko untuk mengalami vertigo semakin meningkat pula. Hal ini dikarenakan seseorang yang menjadi lansia akan memiliki lebih banyak penyakit komplikasi seperti hipertensi dan stroke yang merupakan salah satu faktor risiko munculnya penyakit vertigo. Pengaruh peningkatan usia terhadap risiko seseorang mengalami vertigo pada usia lanjut juga disebabkan oleh penurunan fleksibilitas dan fungsi

membran di telinga (Harditya *et al.*, 2023). Vertigo pada lansia terjadi proses degenerasi sistem vestibular yang menimbulkan suatu penyakit yaitu *Benign Paroxysmal Positional Vertigo* (BPPV) yang dapat menimbulkan pusing. Penyebabnya biasanya tidak diketahui namun sekitar 50% diduga karena proses degenerasi yang mengakibatkan adanya deposit batu di kanalis semisirkularis posterior sehingga gejala menjadi hipersensitif terhadap perubahan gravitasi yang menyertai keadaan posisi kepala (Fithriana, 2020).

Vertigo seringkali ditemukan pada usia 18-79 tahun, serta kejadian vertigo secara global sebesar 7,4% bahkan kasus pertahunnya menjadi 1,4% (Harditya *et al.*, 2023). Prevalensi vertigo meningkat dengan seiring bertambahnya usia. Sebesar 20-30% orang dewasa pada usia produktif dengan rentang usia 15-64 tahun mengalami vertigo (Hasibuan *et al.*, 2022).

Di Indonesia, vertigo termasuk penyakit dengan prevalensi yang besar. Distribusi penyakit vertigo berdasarkan usia yang paling banyak pada rentang usia 46-55 tahun (30%) dan 56-65 tahun (15,45%) serta usia >65 tahun (9,73%). Dari penelitian tersebut juga diketahui bahwa jenis kelamin perempuan (59,35%) lebih berisiko memiliki vertigo dibandingkan laki laki (40,65%) (Ardiani *et al.*, 2024). Sedangkan untuk tingkatan vertigo sebanyak (66,6 %) dengan vertigo berat yang kemudian mengalami perbaikan gejala menjadi vertigo sedang sebesar (73,3%) pada minggu kedua, selanjutnya mengalami perbaikan gejala vertigo diminggu keempat menjadi vertigo ringan sebesar (76%) (Malasari *et al.*, 2023).

Ada beberapa tindakan atau terapi yang dapat digunakan oleh seseorang yang mengalami vertigo. Salah satunya dengan *Vestibular Rehabilitation Therapy* (VRT). VRT adalah pengobatan berbasis latihan yang mendorong munculnya kompensasi vestibular dengan merangsang sistem vestibular berulang kali. Dalam project ini *Vestibular Rehabilitation Therapy* (VRT) menjadi upaya intervensi fisioterapi untuk mengatasi masalah vertigo. Latihan ini melibatkan gerakan koordinasi dengan fokus pada stabilitas pandangan, kendali gerakan, dan keseimbangan. Beberapa penelitian ilmiah menunjukkan manfaat yang cukup signifikan dari latihan ini, seperti meningkatkan stabilitas pandangan, meningkatkan stabilitas postur, mengurangi gejala vertigo, dan meningkatkan aktivitas hidup sehari-hari (Jung *et al.*, 2024).

Dari uraian di atas dapat dilihat bahwa intervensi VRT terbukti menurunkan gejala vertigo. Selain itu terapi ini juga aman, murah (tidak membutuhkan biaya), dapat dilakukan secara mandiri, serta dapat dilakukan oleh usia muda hingga orang lanjut usia. Oleh karena itu melalui media komunikasi, informasi dan edukasi (KIE) dalam bentuk buku saku ini diharapkan dapat memberikan jawaban atas permasalahan vertigo.

Buku saku adalah buku yang berukuran kecil sehingga efektif untuk di bawa ke mana saja dan dapat di baca kapan saja. Buku saku disusun secara runtut dan praktis serta digunakan sebagai media untuk keperluan penyampaian berbagai informasi. **Tujuan** produk KIE dengan media buku saku “*Vestibular Rehabilitation Therapy (VRT) Untuk Penderita Vertigo*” diharapkan dapat menurunkan gejala vertigo dan meningkatkan kualitas hidup sehari-hari khususnya pada masyarakat. **Manfaat** sebagai sarana promosi kesehatan dengan menyampaikan informasi penting kepada masyarakat, terutama bagi kelompok masyarakat, terkait peran penting fisioterapis dalam menurunkan gejala vertigo melalui terapi rehabilitasi vestibular.