

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menua adalah proses individu setelah melalui beberapa tahapan dalam kehidupan. Proses tersebut dimulai sejak awal kehidupan hingga tahap tubuh mencapai titik perkembangan maksimal. Menua bukanlah suatu penyakit, akan tetapi merupakan proses bertahap yang mengakibatkan perubahan yang kumulatif yang menyebabkan penyusutan karena berkurangnya jumlah sel dalam tubuh, dan akhirnya tubuh akan mengalami penurunan fungsi secara perlahan yang disebut proses degenerative (H. Pratiwi *et al.*, 2023).

Hal tersebut selaras dengan (WHO) *World Health Organization* mendefinisikan usia lanjut dengan empat kelompok kriteria sebagai berikut: usia pertengahan berkisar 45-59 tahun, lansia mencakup rentang usia 60-74 tahun, lansia merujuk pada usia 75-90 tahun, dan usia sangat tua mengacu pada mereka yang berusia diatas 90 tahun (Sulistyaningsih *et al.*, 2022).

Pada era sekarang banyak populasi pada lanjut usia yang mengalami keluhan pada gangguan kesehatan. Pada tahun 2021, sebanyak 42,22% lansia pernah mengalami keluhan kesehatan dalam sebulan terakhir, separuh di antaranya (22,48%) terganggu aktivitasnya sehari-hari atau sakit. Sekitar 81,08% lansia mengobati sendiri keluhan kesehatan yang dialaminya dan 45,42% yang berobat jalan. Hanya 5,26% lansia yang pernah dirawat inap dalam setahun terakhir (Iverson & Dervan, 2021).

Dilaporkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, jumlah penderita penyakit sendi sebanyak 55 juta orang (24,7%), dimulai dari rentang umur 55-64 sebanyak 45,5%, 65-74 tahun sebanyak 51,9% dan usia diatas 75 tahun sebanyak 54,8% dengan *Osteoarthritis* sebagai penyakit sendi terbanyak (Maharani & Sidarta, 2023).

Seorang lansia akan mengalami pengecilan serat pada otot dan kekuatan ototnya juga akan berkurang. Seiring berkurangnya massa tulang mengakibatkan menurunnya aktivitas atau gerakan yang menyebabkan penurunan kualitas hidup. Sehingga hal ini dapat menjadi permasalahan kesehatan yang paling

umum terjadi pada lansia yaitu *osteoarthritis* (OA).

Osteoarthritis (OA) dimasukkan oleh *World Health Organization* (WHO) sebagai salah satu dari banyak permasalahan kesehatan masyarakat yang memiliki prevalensi cukup tinggi dalam skala global. *Osteoarthritis* sendiri dilaporkan menjadi salah satu faktor dalam penurunan kualitas hidup penderitanya dan berdampak pada keseharian serta perkembangan suatu negara. Diperkirakan pada tahun 2025, prevalensi OA akan meningkat sebanyak 40% dengan bertambahnya usia pada populasi penduduk dunia (Maharani & Sidarta, 2023). *Osteoarthritis* adalah penyakit sendi degenerative yang ditandai dengan adanya kerusakan rawan sendi dan tulang subkondrial menyebabkan nyeri pada sendi (Sulistyaningsih *et al.*, 2022).

Problematika fisioterapi yang ditemukan pada kondisi OA lutut yaitu, adanya nyeri pada lutut, adanya keterbatasan lingkup gerak sendi (LGS) pada lutut, adanya penurunan kemampuan fungsional, keterbatasan ambulasi, berjalan, dan melakukan aktivitas sehari-hari. Sehingga dibutuhkan intervensi dalam mengurangi masalah tersebut untuk meningkatkan dan mempertahankan kemandirian dalam melakukan aktivitas. Salah satunya melalui pemberian tindakan *patellar mobilization* dan *knee exercise* untuk meningkatkan kemampuan fungsional pada lansia.

Patellar mobilization merupakan salah satu intervensi mobilisasi sendi patella yang dilakukan secara pasif. Mobilisasi sendi sendiri merupakan salah satu intervensi terapi fisik yang saat ini digunakan secara klinis untuk memperbaiki nyeri dan mobilitas sendi (Jaehong *et al.*, 2020).

Theraband exercise adalah latihan isotonic dengan menggunakan *theraband* atau suatu alat berupa karet berwarna yang mempunyai fleksibilitas yang cukup tinggi. Sedangkan latihan isotonic itu sendiri adalah suatu bentuk latihan melawan tahanan atau beban yang konstan dan terjadi pemanjangan atau pemendekan otot dalam *range of motion* gerakan (Wulandari & Safitri, 2022).

Berdasarkan data yang didapat di RS PKU Muhammadiyah Jatinom, Klaten pada pasien *osteoarthritis knee* dalam satu bulan terakhir cukup tinggi.

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 16 Februari 2024, mendapatkan prevalensi *osteoarthritis knee* pada satu bulan terakhir sebanyak 51 orang. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik dalam mengikuti ilmu perkembangan fisioterapi terutama pemberian *exercise* berupa *patellar mobilization* dan *theraband exercise* terhadap pasien lansia *osteoarthritis knee* dengan tujuan mengetahui apakah *patellar mobilization* dan *theraband exercise* efektif dalam peningkatan kemampuan aktivitas fungsional.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah, “Adakah pengaruh *Patellar Mobilization* dan *Theraband Exercise* terhadap peningkatan kemampuan aktivitas fungsional penderita *Osteoarthritis knee* pada lansia ?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh *Patellar Mobilization* dan *Theraband Exercise* terhadap peningkatan kemampuan aktivitas fungsional penderita *Osteoarthritis Knee* pada lansia.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui kemampuan aktivitas fungsional sebelum dan sesudah diberikan *Patellar Mobilization* dan *Theraband Exercise* pada penderita *Osteoarthritis Knee* pada lansia.
- b. Untuk menganalisa perbedaan pengaruh setelah dilakukan *Patellar Mobilization* dan *Theraband Exercise* terhadap peningkatan kemampuan aktivitas fungsional penderita *Osteoarthritis Knee* pada lansia.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan peneliti, menambah pengetahuan bagi peneliti tentang tata cara penelitian, pengetahuan dalam rangka kegiatan penelitian dan memperoleh pengalaman dalam melakukan penelitian.

2. Bagi Masyarakat Lansia

Diharapkan dapat memberikan informasi tentang cara meningkatkan kemampuan aktivitas fungsional penderita *Osteoarthritis Knee* pada lansia dengan *Patellar Mobilization* dan *Theraband Exercise*.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menambah referensi bagi institusi Pendidikan tentang pengaruh *Patellar Mobilization* dan *Theraband Exercise* terhadap peningkatan kemampuan aktivitas fungsional penderita *Osteoarthritis Knee* pada lansia.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1Keaslian Penelitian

No.	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Jaehong et al, (2020)	<i>The Effect of an Exercise program with Patella Mobilization on Range of Motion, Muscle Strength and Gait in Patients with Total Knee Arthroplasty</i>	Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah membahas tentang intervensi <i>patellar mobilization</i>	Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah peneliti memilih pasien dengan diagnosa <i>Osteoarthritis Knee</i> dan hanya menggunakan program latihan <i>Patellar Mobilization</i> . Penelitian tersebut hanya menggunakan pasien dengan usia 65 tahun, sedangkan peneliti menggunakan pasien dengan rentang usia diatas 60 – 75 tahun.
2.	(Boora, 2023)	<i>Effect of Patellar Mobilization and Resistance Training in PostMenopausal</i>	Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah dengan	Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah penelitian tersebut menggunakan sampel

	<i>Women with Knee Osteoarthritis</i>	menggunakan skala WOMAC (<i>Western Ontario and McMaster University Osteoarthritis Index</i>)	usia 45 – 60 tahun sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti adalah lansia dengan usia 60 – 75 tahun.
3.	Pitaloka & Umi (2022)	<i>The Use of Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS), Patellar Mobilization, and Quadriceps Setting in Bilateral Knee Osteoarthritis Older Adults</i>	Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah dengan menggunakan uji fungsional berupa <i>Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis (WOMAC)</i> Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah pada penelitian tersebut menggunakan 3 intervensi, sedangkan peneliti hanya menggunakan 1 intervensi saja berupa <i>Patellar Mobilization</i> .
4.	Thahir & Ramadhani, (2023)	Pengaruh Pemberian Oscillasi Dengan <i>Theraband Exercise</i> Pada Penerapan Ultrasound Terhadap Peningkatan	Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah dengan menggunakan intervensi berupa <i>theraband exercise</i> dan menggunakan Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah pada penelitian tersebut menggunakan 3 intervensi, sedangkan peneliti hanya menggunakan intervensi <i>theraband</i>

		Aktivitas Fungsional Penderita <i>Osteoarthritis</i> <i>Knee</i>	alat ukur fungsional berupa index WOMAC	exercise saja.
5.	Wahyuni & Zakaria, (2021)	Pengaruh Latihan Penguatan Dengan Elastic Band Dalam Meningkatkan Kemampuan Pasien Osteoarthritis Knee Di Rumah Sakit Condong Catur Sleman	Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah dengan menggunakan intervensi theraband exercise dan menggunakan alat ukur fungsional berupa WOMAC	Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang peneliti lakukan adalah penelitian tersebut menggunakan sampel usia 50 – 65 tahun sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti adalah lansia dengan usia 60 – 75 tahun.

