

EFEKTIVITAS KINESIOTAPING DAN HIDROTERAPI DALAM MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA DENGAN OSTEOARTRITIS

Abdullah Alba Nur Ihza, Destina Anggun Melania, Arum Sari Nurul Lailatul
Qodriyah, Riyani Wulandari
abdullah.alba74@gmail.com
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Jumlah lansia di Indonesia kini terus meningkat disetiap tahunnya. Tingginya angka peningkatan lansia menjadikan kekhawatiran bagi semua masyarakat, karena lansia cenderung rentan terhadap berbagai macam penyakit. Osteoarthritis merupakan penyakit yang paling banyak ditemui di dunia dengan prevalensi mencapai 15,5% pada laki-laki, dan 12,7% pada perempuan di Jawa Tengah. Proses penuaan tersebut menyebabkan lansia sulit untuk melakukan *Activity Daily Life* (ADL) secara mandiri (membutuhkan bantuan orang lain) dan menjadi tergantung pada orang lain sehingga mempengaruhi kualitas hidup mereka. Untuk mengatasi permasalahan penurunan kualitas hidup lansia dengan osteoarthritis diantaranya dengan memberikan kinesio taping dan latihan hidroterapi. Kinesio taping adalah kain tipis, kapas, berpori dengan perekat akrilik yang diberi obat, bebas lateks, dan panas tidak diaktifkan. Kinesio taping dapat diberikan dan dikombinasikan dengan latihan konvensional. Latihan hidroterapi adalah penggunaan air eksternal atau internal dalam bentuk apapun (air, es, uap) untuk promosi kesehatan atau pengobatan berbagai penyakit dengan berbagai suhu, tekanan, durasi, dan lokasi.

Kata kunci: kinesio taping, hidroterapi, osteoarthritis, kualitas hidup