

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Osteoarthritis merupakan salah satu yang menjadi penyakit yang paling sering terjadi dan sering menimbulkan gejala pada orang tua lanjut maupun setengah baya. Penyakit ini lebih sering terjadi pada wanita dan menjadi penyebab tersering terhadap disabilitas waktu yang Panjang pada pascin dengan usia lebih dari 65 tahun. Perubahan sendi yang menyebabkan sindrom klinis osteoarthritis paling sering terdapat pada sendi, tulang otot dan ligament mengalami gangguan. Penurunan keseimbangan tidak selalu dipengaruhi propiseptif namun faktor kelemahan otot juga mengakibatkan penurunan keseimbangan postural dan stabilitas sendi. (Hamda, 2021)

World Health Organization (WHO) tahun 2019 mengatakan prevalensi global pria dan wanita lebih dari 60 tahun adalah 9,60% dan 18,00% menderita osteoarthritis simpomatik. Sedangkan di Indonesia, penderita osteoarthritis sebanyak 11,90% dari populasi penduduk. Adanya kejadian paling tinggi di usia 75 tahun sebanyak 33,00%. WHO menunjukkan 40% penduduk dunia dengan usia lanjut akan mengalami Osteoarthritis, dengan jumlah tersebut 80% menderita kesulitan gerak sendi. Prevalensi Osteoarthritis di Indonesia cukup besar yaitu 5% dan usia >40 tahun, 30% pada usia 40-60 tahun dan 65% untuk usia >61 tahun. Prevalensi pada wanita lebih tinggi terhadap pria yaitu 70,5% wanita dan 60,5% pada pria. (Silviani et al., 2019)

Hasil pengambilan data awal di Sentral Meohai Kendari angka kejadian osteoarthritis pada tahun 2019 berjumlah 43 kasus, pada tahun 2020

berjumlah 60 kasus, tahun 2021 berjumlah 30 kasus serta pada tahun 2022 penderita osteoarthritis berjumlah 15 kasus. Pada tahun 2023 pasien yang dapat berjalan 8 orang dan yang tidak bisa berjalan sebanyak 13 orang.

Gejala utama yang sering dirasakan oleh penderita osteoarthritis yaitu rasa nyeri dan kekakuan sendi. Nyeri sendi diakibatkan karena aktivitas berlebihan, sedangkan kekakuan sendi diakibatkan tidak adanya aktivitas pada persendian, umumnya muncul dipagi hari pada saat bangun tidur atau setelah beristirahat di siang hari. Apabila terjadi pembentukan osteofit pada sendi tangan atau kaki bisa menyebabkan pembengkakan atau deformitas sendi yang dapat menghambat pergerakan penderita, juga dapat mempengaruhi kesejahteraan fisik. Osteoarthritis dapat memiliki dampak mendalam pada setiap aspek kehidupan seseorang dan bisa juga terjadi kecacaan apabila tidak ditangani dengan benar.(Ariyanti et al., 2021)

Penanganan penyakit osteoarthritis dilakukan dengan melakukan metode terapi lutut. Secara intensif terapi lutut dapat menurunkan nyeri dan kekakuan pada sendi, Dullu (2016) menambahkan 40% pasien melakukan metode terapi lutut untuk mengurangi nyeri sendi pada osteoarthritis. Adapun terapi lutut dilakukan dengan melakukan gerakan *open kinetik chain*. Gerakan *Open Kinetik Chain* merupakan menghambat terjadinya atrofi otot dan meningkatkan sirkulasi darah, mengubah serabut matriks yang tidak beraturan melalui gerakan antar persendian secara bertahap(Silviani et al., 2019)

Pada penelitian sebelumnya Khairurizal (2019) Latihan *open kinetic chain exercise* dengan 9 perlakuan selama 3 minggu yang menjelaskan

adanya pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan fungsional pada pasien dengan kondisi Osteoarthritis. Latihan *Open Kinetic Chain* bisa dengan menambahkan beban atau tanpa menambahkan beban. *Open Kinetic Chain Exercise* dapat pula membuat pasien menguatkan secara khusus di salah satu gerakan atau otot pada persendian seperti misal peningkatan kekuatan group ekstensor untuk lutut dengan quadriceps setting yaitu dengan pasien posisi tidur terlentang posisi fisioterapis berdiri disamping bed dan memberi aba aba 'tekan lutut ke bed' atau bisa juga dengan menambahkan gulungan handuk dibawah lutut tahan selama 10 sampai 15 detik dengan 8 kali pengulangan pada masing masing sisi dan *quadriceps bench exercise* yaitu dengan posisi pasien duduk di kursi *quadriceps* dan diminta mengayunkan kaki secara bergantian selama 10 sampai 15 kali hitungan dengan 8 kali pengulangan setiap gerakan. Dosis pemberian *Open Kinetic Chain Exercise* ini dilakukan sebanyak 2 kali dalam seminggu selama 4 minggu atau 1 bulan.(Knee & Kota, 2021)

Pemberian latihan gerak aktif yang mana dalam hal ini yaitu *open kinetic exercise* sangat dibutuhkan karena sangat mempengaruhi peningkatan kemampuan fungsional pada penderita osteoarthritis. Hal ini dapat dilihat pada hasil penelitian dimana adanya peningkatan kemampuan fungsional penderita, seperti pada pasien yang awalnya menggunakan alat bantu jalan setelah pemberian 8x perlakuan *open kinetic chain exercise* sudah tidak menggunakan alat bantu. Disamping itu, karena adanya gerak aktif yang dilakukan dapat pula mengurangi nyeri dan meningkatkan kekuatan otot, (Knee & Kota, 2021)

Berdasarkan penelitian Asminarsih Zainal Prio et al pada bulan Februari-Desember 2016 di Panti Werdha Minaula Kendari, kekakuan sendi merupakan gejala utama pada pasien Osteoarthritis yang menyebabkan pasien membatasi aktivitasnya. Untuk mengurangi keluhan kekakuan sendi dapat dilakukan latihan penguatan. Latihan gerak aktif adalah menggerakkan setiap persendian dengan maksimal dan bebas tanpa menyebabkan rasa nyeri, gerak aktif yang diterapkan dalam penelitian ini berdasarkan teknik *open kinetic chain* oleh Reuleux pada tahun 1875. Penelitian menunjukkan mayoritas responden (76,7%) melakukan teknik relaksasi sesuai pedoman dan jadwal yaitu satu kali sehari pada pagi selama 12 kali, sedangkan sisanya 22,3% hanya melakukan latihan gerakan aktif kaki dengan teknik *open kinetic chain* sebanyak delapan kali. Latihan ini dilakukan sebanyak 8-12 kali pengulangan dan beberapa kali dalam sehari, lansia yang melakukan latihan gerak aktif teratur dan sesuai pedoman yaitu sebanyak satu kali selama 12 hari menunjukkan penurunan kekakuan sendi dan meningkatnya kemampuan aktivitas fungsional pada lansia. (Asminarsih Zainal Prio, 2019)

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penerapan intervensi teknik *open kinetic chain exercise* lebih efektif dari pada intervensi lain karena melihat dari penelitian sebelumnya dimana pada lansia yang mengalami Osteoarthritis yang terdapat gejala penurunan fungsional pada ekstermitas bawah, nyeri dan kekakuan sendi ketika melakukan teknik *open kinetic chain exercise* sebanyak 12 kali menunjukkan adanya penurunan kekakuan sendi dan meningkatnya

kemampuan aktivitas fungsional pada lansia. Setelah dilakukan teknik *open kinetic chain exercise* juga dapat meningkatkan kemampuan fungsional, misal pada lansia yang menggunakan alat bantu jalan setelah pemberian 8 kali perlakuan sudah tidak menggunakan alat bantu. Jadi peneliti tertarik mengangkat intervensi tersebut untuk di aplikasikan dalam Karya Tulis Ilmiah.

B. Rumusan Masalah

Dengan melihat latar belakang, maka yang akan menjadi rumusan masalah dalam penelitian kali ini adalah “Bagaimana Penerapan Teknik *Open Kinetik Chain Exercise* Terhadap Kekakuan Sendi Pada Lansia Dengan Masalah Osteoarthritis di Sentra Meohai Kendari?”

C. Tujuan Studi Kasus

1) Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran penerapan Teknik *open kinetilk chain exercise* pada lansia dengan masalah osteoarthritis menurun disentra Meohai Kendari.

2) Tujuan Khusus

- a. Mendapatkan gambaran perubahan kekakuan sendi pada lansia sebelum dilakukan terapi teknik *open kinetic chain exercise*.
- b. Mendapatkan gambaran perubahan kekakuan sendi pada lansia sesudah sebelum dilakukan terapi *open kinetic chain exercise*.

D. Manfaat Penulisan

1. Bagi Masyarakat

Dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat terutama lansia mengenai teknik *open kinetic chain exercise* pada lansia yang mengalami kekakuan sendi akibat Osteoarthritis.

2. Bagi Institusi

Diharapkan hasil penelitian ini menjadi masukan dan menambah informasi guna memperluas wawasan mahasiswa jurusan keperawatan mengenai penerapan teknik *open kinetik chain Exercise* pada lansia Osteoarthritis.

3. Bagi Penulis

Memperoleh pengalaman dalam mengaplikasikan hasil riset keperawatan khususnya studi kasus tentang teknik *Open Kinetik Chain Exercise* terhadap kekakuan sendi pada pasien Osteoarthritis