

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah aktivitas fisik yang melibatkan gerak tubuh yang telah direncanakan dengan tujuan meningkatkan keterampilan, kelincahan, kekuatan dan lain sebagainya. Aktivitas olahraga dapat memberikan perasaan senang dan kepuasan tersendiri saat melakukannya. Aktivitas ini dapat dilakukan pada waktu luang, seperti jalan, lari, lompat, lempar dan loncat. Golf merupakan olahraga yang unik yang kemampuannya berada di level tertinggi dan dapat dilakukan oleh siapapun tidak dibatasi usia (Crane et al., 2016).

Golf dapat dilakukan secara individu maupun tim yang tujuannya memasukkan bola ke dalam lubang-lubang yang telah tersedia dengan jumlah pukulan yang sesedikit mungkin. Selama permainan golf tidak menutup kemungkinan untuk mengalami cedera. Ayunan yang terjadi saat melakukan pukulan pada bola golf dapat menyebabkan cedera pada ekstremitas atas. Cedera pada ekstremitas atas meliputi bahu, siku dan pergelangan tangan yang biasanya terjadi saat melakukan ayunan pada golf. *Rotator cuff* adalah otot stabilisator dan penggerak utama sendi bahu yang terdiri dari otot *supraspinatus*, *infraspinatus*, *teres minor* dan *subscapularis*. *Tendinitis* adalah kondisi akut maupun kronik yang melibatkan proses inflamasi pada tendon. Jenis cedera yang biasanya terjadi umumnya karena *overuse* atau penggunaan yang berlebih dan cedera traumatik maupun akut (Zouzias et al., 2018)

Cedera *overuse* yaitu cedera yang terjadi akibat penggunaan yang berlebihan atau gerakan berulang yang terlalu sering, cepat dan banyak. Cedera traumatik yaitu cedera yang terjadi akibat benturan atau gerak tubuh yang melebihi kemampuan atau kapasitas tubuh. Cedera akut yaitu cedera

yang terjadi secara tiba-tiba biasanya terjadi karena trauma seperti fraktur, robekan otot, *tendinitis* atau *bursitis* (Wilson & Best, 2005).

Robekan otot pada pemain golf biasanya terjadi karena adanya tarikan pada otot ketika otot mengalami ketegangan. *Tendinopathy* adalah cedera kronik pada tendon akibat *overuse* dan kegagalan proses regenerasi (*tissue healing*) dengan manifestasi klinis berupa nyeri pada tendon atau pada hubungan tendon ke tulang/otot. Pada pemain golf cedera yang sering terjadi yaitu *tendinitis*, dimana terjadinya gesekan antara otot dan tulang yang pada akhirnya menyebabkan peradangan (Wilson & Best, 2005).

Penelitian menunjukkan prevalensi cedera di kalangan pegolf amatir berkisar pada antara 23,3% hingga 62%. Beberapa studi juga memperkirakan bahwa lebih dari sepertiga dari cedera yang terjadi akibat golf terjadi di tungkai bawah atau punggung bawah. 10-20% dari populasi orang dewasa di banyak negara bermain golf. Permainan golf rata-rata berlangsung sekitar 3 sampai 4 jam dan kebanyakan lapangan golf memiliki lebar sekitar 6 km (Crane et al., 2016).

Fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu dan/atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang rentang kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (*physics*, elektroterapeutis dan mekanis) pelatihan fungsi, dan komunikasi (Kemenkes, 2015).

Fisioterapi didasari pada teori ilmiah dan dinamis yang diaplikasikan secara luas dalam hal penyembuhan, pemulihan, pemeliharaan, dan promosi fungsi gerak tubuh yang optimal, meliputi; mengelola gangguan gerak dan fungsi, meningkatkan kemampuan fisik dan fungsional tubuh, mengembalikan, memelihara, dan mempromosikan fungsi fisik yang optimal, kebugaran dan kesehatan jasmani, kualitas hidup yang berhubungan dengan gerakan dan kesehatan, mencegah terjadinya gangguan, gejala, dan perkembangan, keterbatasan kemampuan fungsi,

serta kecacatan yang mungkin dihasilkan oleh penyakit, gangguan, kondisi, ataupun cedera (Kemenkes, 2015)

Berdasarkan latar belakang dan kasus tersebut pada pemain golf yang ditangani oleh fisioterapis di *Cardea Physiotherapy & Pilates*, maka penulis tertarik untuk mengangkat karya tulis ilmiah akhir tentang “Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi *Tendinitis Supraspinatus*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penulisan karya tulis ilmiah akhir (KTIA) ini adalah Bagaimana penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *tendinitis supraspinatus*?

C. Tujuan Penulisan

Adapun tujuan dari penulisan karya tulis ilmiah yang ingin dicapai oleh penulis yaitu:

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kondisi *Tendinitis Supraspinatus* di *Cardea Physiotherapy & Pilates*

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui problematik pada kondisi *Tendinitis Supraspinatus*
- b. Untuk mengetahui patofisiologi problematik fisioterapi pada Kondisi *Tendinitis Supraspinatus*
- c. Untuk mengetahui penatalaksanaan fisioterapi dengan modalitas *Radio Frekuensi (Indiba Active 902)*, Terapi Manual, Terapi Latihan dan *Tapping*.

D. Terminologi Istilah

Terminologi medis/bahasa khusus pada medis yang digunakan penulis untuk menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Akhir (KTIA) ini adalah:

1. Radio Frekuensi (*Indiba Active 902*) merupakan prosedur menggunakan arus AC (*Alternating Current*) frekuensi tinggi untuk menghambat atau mengubah jalur nociceptive pada berbagai lokasi.

Radio frekuensi dibagi menjadi *Continuous* RF (CRF) dan *Pulsed* RF (PRF) (Yokota et al., 2018).

2. Metode *Pilates* dapat didefinisikan sebagai pendekatan pikiran-tubuh untuk latihan terapeutik yang didasarkan pada prinsip sentralisasi, konsentrasi, kontrol, presisi, fluiditas, dan pernapasan untuk meningkatkan stabilitas dan kontrol gerakan .
3. Terapi latihan adalah performa gerakan tubuh, postur, dan aktivitas fisik, yang dilaksanakan secara sistematis dan terencana untuk menyediakan bagi pasien atau klien untuk memperbaiki atau mencegah kelemahan fisik dan meningkatkan fungsi fisik. Mencegah atau menurunkan faktor risiko kesehatan dan optimalisasi seluruh status kesehatan, kebugaran, atau rasa sehat.
4. Fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu dan/atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang rentang kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik, elektroterapeutik dan mekanis) pelatihan fungsi, dan komunikasi (Kemenkes, 2015).
5. Fisioterapis adalah setiap orang yang telah lulus pendidikan fisioterapi sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan (Kemenkes, 2015).
6. *Tendinitis supraspinatus* adalah suatu peradangan pada otot supraspinatus.
7. Teknik *IASTM* dengan aliran limfatik bertujuan untuk memobilisasikan jaringan lunak untuk meningkatkan proliferasi ekstraseluler, mendorong angiogenesis, dan pertumbuhan saraf dalam sendi (Kim et al., 2017).