

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kaki adalah salah satu bagian anggota gerak tubuh yang sering digunakan dalam aktivitas sehari-hari. Apabila fungsi kaki terjadi gangguan atau disfungsi yang menyebabkan terhambatnya aktivitas sehari-hari seperti dalam lingkup pekerjaan sehingga mampu menurunkan produktifitas seseorang. Salah satu kasus yang sering terjadi pada kaki yaitu, terkilir. Terkilir dapat terjadi oleh beberapa faktor seperti, jatuh tersandung atau gerakan yang terjadi secara tiba-tiba sehingga kaki belum siap untuk menerima tumpuan. Dan salah satu gangguan maupun penyakit pada kaki adalah *Sprain Ankle*.

*Sprain ankle* adalah cedera pada ligamen kompleks *lateral* karena *overstretch* dengan posisi *inversi* dan *plantar fleksi* yang terjadi secara tiba-tiba saat kaki tidak menumpu dengan sempurna (Muawanah, 2016).

Di kota Denpasar sebuah penelitian yang dilakukan kepada 24 pasien dengan penyakit *Sprain Ankle* yang dikemukakan oleh Nazar Moesbar yang menyatakan bahwa 85,7% pria lebih banyak terkena *sprain ankle* pada *tendon achilles* dibandingkan dengan wanita yang hanya 14,3% dan kelompok usia produktif lebih rentan terkena cedera *Sprain Ankle* kronis. (Fujastawan, Andayani, & Adiputra, 2015).

*Sprain Ankle* adalah kondisi terjadinya penguluran atau kerobekan pada ligamen kompleks lateral . Hal ini disebabkan oleh adanya gaya inversi dan plantar fleksi yang tiba-tiba saat kaki tidak menumpu sempurna pada lantai yang tidak rata. Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya cedera pergelangan kaki adalah kelemahan otot terutama otot-otot di sekitar sendi pergelangan kaki, lemahnya ligamen sisi kaki yang berada pada sendi pergelangan kaki,cedera pergelangan kaki yang berulang, fleksibilitas yang buruk (Kurniawan, 2013).

Cedera pergelangan kaki kronik sangat berpengaruh terhadap terjadinya gangguan stabilitas pergelangan kaki, hal ini dapat dilihat dari insiden dan

ketidak stabilan pergelangan kaki kronis setelah terjadi pada sisi pergelangan kaki sekitar 31% sampai 40%. Ketika pergelangan kaki terjadi, kerusakan tidak hanya terjadi pada struktur integritas ligamen tetapi juga untuk berbagai perubahan kecil sekitar pergelangan kaki. Secara kolektif, reseptor ini memberikan umpan balik terhadap tekanan dan ketegangan sendi, yang akhirnya akan menyediakan informasi tentang gerakan dan posisi sendi (Hertel & McKeon, 2008).

Dan peran Fisioterapi dalam menangani kasus *Sprain Ankle* yaitu untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan lingkup gerak pada sendi *ankle*. Untuk mewujudkan tujuan ini maka diberikan beberapa modalitas. Setiap melakukan aktivitas fisik khususnya olahraga selalu dihadapkan kemungkinan cedera, dan cedera ini akan berdampak pada gangguan aktivitas fisik, psikis dan prestasi. Salah satu anggota tubuh yang sering terjadi cedera adalah pada bagian sendi pergelangan kaki. Cedera pergelangan kaki dapat terjadi karena terkilir secara mendadak ke arah lateral atau medial yang berakibat robeknya serabut ligamentum pada sendi pergelangan kaki (Arnheim, 1985; Brunker & Khan, 1993; Peterson & Renstrom, 1990).

Peran Fisioterapi adalah sebagai bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu dan atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang daur kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik, elektroterapeutis, dan mekanis), pelatihan fungsi, dan komunikasi (PERMENKES RI, 2015).

Fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu dan kelompok untuk mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang rentang kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik, elektroterapeutis dan mekanis) pelatihan fungsi, komunikasi. Oleh karena itu, fisioterapis sebagai tenaga kesehatan harus mempunyai kemampuan dan keterampilan untuk memaksimalkan potensi gerak yang berhubungan dengan mengembangkan, mencegah, mengobati, dan mengembalikan gerak dan fungsi tubuh manusia.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis berpendapat bahwa peran fisioterapi sangat diperlukan, sehingga penulis mengambil judul Penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *sprain ankle*.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas pada penulisan karya tulis ilmiah akhir ini adalah “Bagaimana Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kondisi *Sprain Ankle Sinistra*”

## **C. Tujuan Penulisan**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka penulisan karya tulis ilmiah akhir ini mempunyai tujuan sebagai berikut:

### 1. Umum

Untuk mengetahui penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *sprain ankle*.

### 2. Khusus

- a. Untuk mengetahui problematik fisioterapi pada kondisi *Sprain ankle*.
- b. Untuk mengetahui patofisiologi fisioterapi pada kondisi *sprain ankle*.
- c. Untuk mengetahui penatalaksanaan fisioterapi dengan modalitas Ice pack, ultrasound dan terapi latihan pada kondisi *sprain ankle*.

## **D. Terminologi Istilah**

1. Penatalaksanaan fisioterapi merupakan suatu proses berlanjut dan dinamis yang terdiri atas beberapa proses mulai dari assesmen fisioterapi, diagnosa fisioterapi, perencanaan fisioterapi intervensi fisioterapi dan evaluasi/re-evaluasi yang dimana proses tersebut dilakukan oleh fisioterapi, serangkaian proses tersebut disebut juga sebagai Penatalaksanaan Fisioterapi (PMK 65 Tahun 2015 Tentang Standar Pelayanan Fisioterapi, 2015).
2. 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, elektroterapeutis dan mekanis) pelatihan fungsi, dan komunikasi (Peraturan Menteri Kesehatan RI No.65 2015).

3. *Sprain ankle* merupakan kondisi terjadinya penguluran atau kerobekan pada *ligamentum lateral kompleks*. Hal ini disebabkan oleh adanya gaya *inversi* dan *plantar fleksi* yang tiba tiba saat kaki tidak menumpu sempurna pada lantai yang tidak rata. Faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya sprain ankle adalah kelemahan otot terutama otot-otot di sekitar sendi pergelangan kaki (*muscle weakness*), lemahnya ligament lateral kompleks yang berada pada sendi ankle, cedera ankle yang berulang, fleksibilitas yang buruk. (Kurniawan, 2013).

4. Terapi Latihan

Terapi latihan adalah teknik yang digunakan oleh fisioterapi yang memiliki tujuan untuk memulihkan dan meningkatkan gerak dan fungsi dengan menggunakan gerak tubuh baik secara aktif maupun secara pasif (Aida Naurah Septi, 2020).

5. *Transcutaneous electrical nerve stimulation* (TENS)

TENS adalah salah satu modalitas terapi yang memancarkan impuls listrik tegangan rendah yang bervariasi untuk merangsang sistem saraf dan dapat mengurangi nyeri (Smith et al., 2018)

6. *Stretching*

*Stretching* merupakan suatu aktivitas yang dilakukan untuk meregangkan otot-otot yang akan digunakan untuk melakukan aktivitas (Yulianto, Widijoto, & Purnami, 2015).