

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Bagi seorang atlet, olahraga tak hanya sekedar berfungsi untuk kesehatan jasmani dan kebugaran tubuh tetapi juga untuk mencapai suatu prestasi. Karena itu para olahragawan seringkali berlatih dengan sangat keras bahkan melebihi kemampuan fisiknya. Ditambah lagi jika dalam pertandingan sesungguhnya, dia berbenturan dengan lawan yang pada akhirnya menimbulkan efek samping berupa cedera.

*Sprain* adalah cedera pada sendi, dimana terjadinya robekan pada ligament. *Sprain ankle* dapat terjadi karena terkilirnya kaki secara mendadak kearah lateral atau medial yang menyebabkan adanya robekan serabut ligamentum pada sendi pergelangan kaki (Sumartiningsih, 2012).

Studi epidemiologi tentang *sprain ankle* di antara berbagai populasi dan berbagai sumber data menunjukkan bahwa secara keseluruhan kejadian *sprain ankle* lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki yaitu 13,6 banding 6,9 per 1000 *eksporsur*. Insidensi ini nampak menurun dengan bertambahnya usia seseorang. Namun insidensi puncak mungkin berbeda antara perempuan dengan laki-laki. Studi menunjukkan puncak pada perempuan antara usia 10 hingga 14 tahun dan laki-laki di usia 15 hingga 19 tahun. Tingkat tertinggi *sprain ankle* juga biasanya dilaporkan dalam olahraga dengan karakteristik

berlari, memotong, dan melompat seperti sepak bola, bola basket, dan bola voli (Herzog *et al.* 2019).

Di Amerika, sekitar 2 juta orang mengalami cedera *sprain ankle* setiap tahunnya. Data dari kunjungan unit darurat tingkat kejadian cedera *sprain ankle* 2 sampai 7 per 1000 orang dalam 1 tahun. Hal ini diperkirakan banyak orang yang mengalami *sprain ankle* mungkin tidak datang ke rumah sakit atau tidak mencari perawatan medis sama sekali. Apabila pengetahuan dan penanganan cedera *sprain ankle* tidak bagus maka akan sangat berbahaya dikarenakan orang yang sudah pernah mengalami cedera *sprain ankle* memiliki resiko tinggi untuk bisa terjadi cedera *ankle* ulang (Herzog *et al.*, 2019).

Adanya cedera *sprain ankle* yang tidak ditangani dengan cepat akan menyebabkan *disability*. *Foot and ankle disability* ditandai dengan adanya ketidakmampuan dalam melakukan pergerakan dan aktivitas fungsional. Adanya kondisi-kondisi dari *sprain ankle* yang tidak ditangani dengan tepat ini bisa menyebabkan pasien merasa tidak nyaman dalam melakukan aktifitas sehari-hari sehingga menyebabkan *foot and ankle disability* (Muawanah *et al.*, 2016).

Cedera dengan adanya keluhan nyeri, inflamasi kronis dan ketidakstabilan dalam melakukan aktivitas fungsional yang disebabkan karena terjadinya kelemahan *ligament* dan penurunan fungsi termasuk defisit sensorimotor dapat menimbulkan terjadinya kelemahan otot sehingga dapat menyebabkan

kekuatan otot menurun, fleksibilitas menurun, stabilitas dan keseimbangan menurun (Muawanah *et al.*, 2016).

Dengan adanya keluhan keluhan di atas maka fisioterapi berperan dalam meningkatkan penyembuhan dengan menggunakan metode *Movement, Exercise, Analgesic*, dan *Treatment* yang telah terbukti sangat efektif dalam meningkatkan penyembuhan pada *ligament* dan tendon (Hauser, 2022).

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk mengangkat permasalahan tersebut dalam bentuk karya tulis ilmiah yang berjudul “*Aplikasi Movement Exercise Analgesic Treatment Pada Kondisi Sprain Ankle Grade 2 Dextra*”.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Menurut (Graha, 2012), Problematika yang muncul pada *Sprain Ankle* :

1. *Oedema*

Terjadi *oedema* dikarenakan terjadinya efusi cairan pada sendi ankle

2. Nyeri

Nyeri terjadi karena adanya robeknya serabut pada ligament.

3. Kekuatan otot

Penurunan pada kekuatan otot dapat disebabkan oleh karena adanya cedera yang disertai dengan rasa nyeri.

4. Lingkup Gerak Sendi (LGS)

Keterbatasan gerak timbul akibat adanya nyeri, karena digerakan sedikit saja maka merasa sangat nyeri. Apabila hal ini berlangsung lama maka akan menimbulkan *spasme*. Karena adanya *spasme* ini

maka gerakan menjadi terbatas yang pada akhirnya akan mengakibatkan gangguan aktifitas fungsional terutama yang menggunakan kaki bagian bawah (Low, 2000).

#### 5. Aktifitas Fungsional

Penurunan aktifitas fungsional seperti buang air besar (BAB) dan buang air kecil (BAK) ini bisa terjadi karena adanya nyeri saat gerak (Appley, 1995).

Pada pasien dalam laporan Karya Tulis Ilmiah di temukan problematika :

##### 1. Nyeri

Klien mengeluhkan nyeri area pergelangan kaki bagian depan dextra dengan type nyeri lokal.

##### 2. Penurunan kekuatan otot tibialis anterior dextra.

### **1.3. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penulis membatasi masalah yang akan dibahas pengaruh pemberian *Movement*, *Exercise*, *Analgesic* dan *Treatment* terhadap derajat nyeri dan peningkatan kekuatan otot pada kondisi *sprain ankle grade 2 dextra*.

### **1.4. Perumusan Masalah**

Bagaimana pengaruh pemberian *Movement*, *Exercise*, *Analgesic Treatment* (MEAT) terhadap derajat nyeri dan peningkatan kekuatan otot pada kondisi *sprain ankle grade 2 dextra*?

## **1.5. Tujuan Penelitian**

### 1.5.1 Tujuan Umum :

Tujuan umum dari penulisan ini untuk memperdalam pengetahuan kasus *Sprain Ankle Grade 2 Dextra* dengan gangguan nyeri dan penurunan kekuatan otot.

### 1.5.2 Tujuan Khusus :

Untuk mengetahui pengaruh pemberian *Movement, Exercise, Analgesic, dan Treatment* pada kondisi *Sprain Ankle Grade 2 Dextra*..

## **1.6. Manfaat Penelitian**

Manfaat penulisan proposal penelitian ini adalah :

### 1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan tentang aplikasi *Movement, Exercise, Analgesic, dan Treatment* pada kondisi *Sprain Ankle Grade 2 Dextra*.

### 2. Bagi Institusi

Dapat dijadikan sebagai referensi untuk menambah informasi di perpustakaan Universitas Al-Irsyad Cilacap

### 3. Bagi Masyarakat

Sebagai pengetahuan bagi masyarakat tentang penanganan cedera *Sprain Ankle Grade 2 Dextra* dengan menggunakan aplikasi *Movement, Exercise, Analgesic, dan Treatment*

4. Bagi Teman Fisioterapi

Sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya tentang Aplikasi *Movement Exercise Analgesic* dan *Treatment* Pada Kondisi *Sprain Ankle Grade 2 Dextra*.