BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Cedera *sprain* pada pergelangan kaki merupakan cedera yang sering terjadi pada saat melakukan latihan fisik. Cedera *sprain* pada pergelangan kaki dapat menyebabkan kerusakan pada struktur ligamen, di sekitarnya. Kejadian cedera *sprain* pergelangan kaki yang kerap kali terjadi dapat berujung pada perburukan dan dikenal sebagai instabilitas pergelangan kaki kronis/*chronic ankle instability* (CAI). Didapatkan bahwa sekitar 28% atlet pelajar mengalami cedera *sprain* pergelangan kaki berulang. Persentase ini lebih besar jika dibandingan dengan cedera yang lain. Sekitar 74%, yang mengalami cedera berulang ini nampak menyerah dan tidak melanjutkan terapi hingga tuntas (1).

Sprain Ankle adalah cedera *muskuloskeletal* yang paling umum terjadi di seluruh dunia. Sebuah studi di Amerika Serikat menunjukkan bahwa lebih dari 23.000 orang setiap hari membutuhkan perawatan medis akibat *Sprain Ankle*, baik atlet maupun non-atlet, berdasarkan penelitian yang meneliti gejala selama 7 tahun setelah *Sprain Ankle* terjadi, di mana 32% peserta melaporkan nyeri kronis, pembengkakan atau *Sprain Ankle* berulang dan 72% dari mereka membatasi aktivitas olahraga mereka. Selain itu, *sprain ankle* adalah cedera *muskuloskeletal* yang serius karena tingkat kekambuhannya yang tinggi, yaitu 73,5% dan menyumbang 20% dari semua cedera trauma diberbagai bagian tubuh, yang menyebabkan kerusakan pada reseptor sensorik-motorik serta penurunan stabilitas dan keseimbangan, sehingga meningkatkan risiko cedera lanjutan bagi orang yang aktif lebih dari 80% (2).

Di Jawa Tengah, persentase cedera yang mengganggu aktivitas sehari-hari mencapai 9,3%. Diketahui bahwa sekitar 28% dari atlet pelajar mengalami cedera sprain pergelangan kaki yang berulang (3).

Di Indonesia sendiri prevalensi cedera sprain ankle pada tahun 2018 sebesar 9,2% angka ini meningkat 1% dari tahun 2013 sebesar 8,2% dan mengakibatkan terganggungnya kegiatan sehari hari (4).

Secara garis besar, *sprain ankle* dibedakan menjadi 3 tingkat keparahan yang terdiri dari derajat I ringan, derajat II sedang dan derajat III berat. Mayoritas individu yang mengalami *sprain ankle* menganggap remeh gejala nyeri yang dirasakan. Dimana dalam sebuah studi menunjukkan bahwa prevalensi *sprain ankle* tergolong tinggi, tetapi hanya 50% individu yang mencari pengobatan. Apabila hal ini tidak ditangani dengan baik dalam jangka waktu panjang maka akan beresiko terjadinya *ankle instability* yang dapat menimbulkan cedera berulang hingga gangguan berjalan akibat penurunan propioseptif sendi dan kelamahan otot (1).

Sementara intervensi komprehensif yang umum diberikan pada penderita *sprain ankle* berupa elektroterapi dengan *ultrasound* dikombinasikan terapi latihan. Pemberian *ultrasound* bertujuan untuk menurunkan nyeri melalui efek mekanik berupa *micromassage* pada jaringan melalui panas yang dihasilkan dari gelombang yang diserap dan dipantulkan serta efek fisiologis untuk menimbulkan reaksi radang baru agar terjadi proses penyembuhan luka. Sementara terapi latihan seperti *Hold Relax* dan *Calf Raises* untuk mengembalikan rentang gerak sendi dan meningkatkan fungsi sensorik yang berkurang akibat cedera (5).

Dari uraian diatas penulis tertarik mengangkat kasus *sprain ankle* karena banyak ditemui dikalangan olahragawan ataupun atlet terutama pada cabang olahraga yang banyak menggunakan ekstremitas bawah seperti basket, sepakbola, tenis lapangan maupun olahraga lari, sehingga mengganggu aktivitas fungsional atlet tersebut. Berdasarkan pada latar belakang diatas maka dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini penulis mengambil Judul "Penatalaksanaan Fisioterapi dengan Menggunakan *Ultrasound* dan Terapi latihan pada kondisi *Sprain Ankle Dextra*"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam makalah ini adalah bagaimanakah Penatalaksanaan Fisioterapi pada Pasien *Sprain Ankle Dextra* dengan *Ultrasound* dan Terapi Latihan?

C. Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah di atas makan tujuan penulisan ini adalah untuk mengetahui Penatalaksanaan Fisioterapi pada Pasien *Sprain Ankle Dextra* dengan *Ultrasound* dan Terapi Latihan.

UNS PERPUSTAKAAN

OWHS
PERPUSTAKAAN