BAB 1
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan sebuah aktifitas manusia yang meliputi jasmani dan rohani manusia itu sendiri. Pembinaan potensi-potensi jasmaniah, rohaniyah dan karakter seseorang dapat dibentuk melalui permainan perlombaan dan pertandingan olahraga. Aktivitas olahraga yang bertujuan untuk prestasi dibagi sesuai dengan tingkatannya masing-masing. Pencapaian prestasi yang maksimal membutuhkan persiapan berupa latihan(1).

Paling utama berolahraga lari, akhir- akhir ini banyak orang- orang yang bersemangat terhadap aktivitas tersebut serta didukung pula *even* lari baik jarak dekat ataupun lari jarak jauh yang kerap diadakan (2). Tidak hanya itu partisipan lari banyak yang hadapi cidera ringan semacam *strain* ataupun *sprain* tidak sering pula terjalin cidera yang lumayan sungguh-sungguh semacam patah tulang, dislokasi sendi, serta cidera *meniscus.* Cedera *meniscus* merupakan salah satu cidera dengan rata- rata tingkat peristiwa tahunan yang dilaporkan dalam populasi umum dari 66- 70 per 100. 000 orang di Indonesia (3). Untuk provensi Jawa Tengah pada tahun 2021, persentase angka kejadian pada kasus *Meniscus Tear* sebesar 5,1% dari semua penduduk berdasarkan study di Jawa Tengah, prevalensi *meniscus tear* mecapai 15,5% pada laki-laki, dan 12,7% pada perempuan(4)

Meniscus menggambarkan jaringan tulang rawan yang terletak di sendi lutut yang berperan selaku bantalan serta stabilisasi persendian lutut. manfaat meniskus menjadikan kedua yaitu tulang paha serta tulang

kering tidak silih bergesekan kala terjalin pergerakan pada sendi lutut (5). *Meniscus tear* yaitu robekan pada bantalan ataupun jaringan tulang rawan pada persendian lutut yang diakibatkan sebab *traumatic* ataupun *degeneratif. Meniscus tear* bisa menyebabkan bermacam gangguan (perih, sendi terkunci, serta pula berlangsung pengikisan) serta bisa menimbulkan degenerasi lebih dini panda sendi lutut(6).

Fisioterapi berperan dalam memberikan pelayanan Kesehatan untuk mengembangkan, memelihara dan mengembalikan gerak serta fungsi lutut menggunakan penatalaksanaan dengan menggunakan terapi latihan. Fisioterapi dalam kasus *Meniscus Tear* berguna untuk menggurangi nyeri, meningkatkan kekuatan otot, meningkatkan lingkup gerak sendi dan mengembalikan fungsional.

Kasus *meniscus tear,* permasalahan yang terjadi pada kasus ini semacam nyeri, keterbatasan lingkup gerak sendi, kelemahan otot serta pula penyusutan kemampuan kegiatan fungsional semacam berjalan, naik turun tangga serta pula berolahraga. Maka peran Fisioterapi dalam kasus ini yaitu untuk mengurangi nyeri, keterbatasan lingkup gerak sendi, meningkatkan kekuatan otot serta kemampuan fungsional semacam berjalan, naik turun tangga dan lain - lain dengan memberikan intervensi terapi latihan (7).

Exercise therapy (terapi latihan) adalah komponen yang bernilai pada proses rehabilitasi paska Iuka ataupun kendala penyakit kronis. Dengan dilakukannya terapi latihan, diharapkan penangan badan yang hadapi penyusutan bisa kembali pada kondisi semula. Jenis terapi latihan yang diberikan yaitu *Ankle Pump,* SLR *Static,* SLR *Dinamic, Bridging, Prone Hang, Heel Slide,* dan Latihan Jongkok untuk fungsinya adalah mengurangi rasa nyeri, meningkatkan kekuatan otot, meningkatkan lingkup gerak sendi yang dirasakan pasien(8).

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk mengangkat judul Karya Tulis Ilmiah yang berjudul " Penatalaksanaan Fisioterapi pada *Post OP Meniscus Tear Dextra* dengan Terapi."

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka penulis merumuskan bagaimana penatalaksanaan Fisioterapi pada *Post Op Meniscus Tear Dextra* dengan Terapi Latihan.

C. Tujuan Penulis

Tujuan Penulisan karya tulis ilmiah ini adalah untuk mengetahui penatalaksanaan fisioterapi pada *post op meniscus tear dextra* dengan terapi latihan.

OWHS
PERPUSTAKAAN