

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Gangguan atau disfungsi pergelangan kaki mengganggu aktivitas sehari-hari bahkan memengaruhi mobilitas dan produktivitas. Cedera pergelangan kaki terutama keseleo pergelangan kaki, adalah cedera paling umum kedua setelah cedera lutut. Keseleo pergelangan kaki bisa menyerang siapa saja, baik itu atlet, pekerja atau masyarakat umum. Salah satu kondisi yang sering menimbulkan cedera pergelangan kaki adalah *Anterior Talofibular Ligament (ATFL)* dan *Calcaneofibular Ligament (CFL)*.

Sekitar 80% dari semua keseleo pergelangan kaki adalah keseleo pergelangan kaki lateral dan sekitar 73% di antaranya adalah cedera ATFL dan 25% dari semua keseleo pergelangan kaki adalah *medial (ligament deltoid)* atau *sindesmosis* (Labanca, *et al*, 2021). Berdasarkan data Kementerian Kesehatan RI (2018), prevalensi cedera di Indonesia sebesar 9,2% pada tahun 2018, angka ini meningkat setengahnya menjadi 8,2% pada tahun 2013 dan mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari.

Fenomena klasik yang di temui di tengah masyarakat salah satunya rendahnya akses informasi dan kesadaran masyarakat khususnya pada atlet terhadap penanganan yang tepat pada cedera *sprain ankle* maka akan meningkatkan terjadinya *chronic ankle instability (CAI)* (Prasada *et al*, 2020).

Menurut Permenkes No. 65 Tahun 2015 mengenai dari standar pelayanan fisioterapi pada pasal 1 ayat 4 menerangkan bahwa : "*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 intervensi menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik, elektroterapeutis dan mekanis), pelatihan fungsi, dan komunikasi.*"

Dari pengertian yang dijelaskan di atas maka terapi fisik adalah salah satu profesi kesehatan yang dapat melakukan pelayanan yang efektif dan efisien dalam memberikan penanganan keluhan dan masalah fungsional pada kondisi *sprain ankle*. Ada banyak upaya fisioterapi untuk mengurangi rasa sakit dan mobilitas selama aktivitas yang disebabkan oleh *sorain ankle*,

termasuk penggunaan metode fisioterapi berupa modalitas alat elektroterapi dan juga latihan yang tepat, progresif dan bertahap.

Teknik fisioterapi yang bisa diberikan untuk menghilangkan nyeri, mengembalikan fungsi dan menggerakkan tubuh. *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)* digunakan pada penelitian ini. TENS bekerja dengan cara merangsang pada serabut serabut saraf tipe α β sehingga bisa menurunkan rasa nyeri. Cara kerjanya diyakini menutup gerbang transmisi nyeri serabut saraf kecil dengan cara memberi rangsangan dari serabut saraf besar myeli, yang kemudian menutup di jalur nyeri kemudian ke otak sehingga dapat meningkatkan aliran darah ke lokasi nyeri. (Fransiska & Faris, 2022).

Terapi latihan pada *sprain ankle* memiliki tujuan yang meliputi peningkatan kekuatan otot, stabilitas dan *proprioception* sendi, postur yang lebih baik, perbaikan gerakan berjalan, serta peningkatan fungsi secara keseluruhan (Fransiska & Faris, 2022).

Problematika yang didapatkan pada kondisi *sprain ankle* dapat menurunkan aktivitas fungsional pasien, sehingga peneliti tertarik dalam melakukan penelitian ini dimana dengan adanya disability pada *ankle* dapat mempengaruhi pasien dalam melakukan aktivitas keseharian. Dalam mencapai tujuan ini, modalitas seperti TENS (*Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*) dan terapi latihan akan diberikan intervensi fisioterapi yang berfokus pada pemulihan optimal pada pasien dengan kondisi *sprain ankle*.

B. RUMUSAN MASALAH

1. Apakah pemberian *TENS* dapat menurunkan nyeri pada kondisi *Sprain Ankle*?
2. Apakah pemberian Terapi Latihan dapat meningkatkan stabilitasi pada penderita *Sprain Ankle*?
3. Apakah pemberian dari Terapi Latihan dapat meningkatkan kemampuan fungsional penderita *Sprain Ankle*?

C. PEMBATASAN MASALAH

Dikarenakan banyaknya modalitas fisioterapi dan terapi latihan yang bisa digunakan dalam menangani pada kasus ini maka penulis hanya membatasi hanya pada penggunaan *TENS* dan Terapi latihan dalam menurunkan nyeri, meningkatkan stabilisasi, kemampuan fungsional yang diakibatkan *Sprain Ankle*.

D. TUJUAN

Berdasarkan yang diuraikan di atas, maka penulis menentukan tujuan dari penulisan sebagai berikut :

1. Mengetahui apakah pemberian dapat menurunkan nyeri pada penderita *Sprain Ankle*.
2. Mengetahui apakah pemberian Terapi Latihan dapat meningkatkan stabilisasi pada penderita *Sprain Ankle*.
3. Mengetahui apakah pemberian Terapi Latihan dapat meningkatkan kemampuan fungsional pada kondisi *Sprain Ankle*.