

**BAB 1****PENDAHULUAN****1.1 Latar belakang**

Kesehatan ialah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis (UU RI No. 36 tahun 2009). Semakin tinggi tuntutan pekerjaan atau aktivitas yang dilakukan, semakin besar pula beban yang diterima. Ekstremitas atas merupakan anggota tubuh yang paling banyak berperan melakukan aktivitas seperti menulis, mengangkat benda, meraih dan sebagainya, sehingga lebih rentan terjadi cedera (Kisner & Colby, 2011).

Bahu atau sendi glenohumeral merupakan sendi yang paling mobile. Namun, gerakan bahu mencakup struktur yang kompleks diantaranya *scapula*, *clavicula*, *sternum*, *humerus* dan *rib cage* yang berartikulasi, beserta susunan pendukung tulang, otot dan ligamen di dalam dan di luar kapsul sendi. Bahu secara fungsional, memungkinkan tangan untuk ditempatkan diberbagai posisi guna menyelesaikan banyak pekerjaan. Linaker & Walker-Bone (2015) mengemukakan bahwa kompleksitas dan tuntutan fisik pada bahu, membuatnya rentan terhadap patologi *articular* dan *peri-articular*. Hal tersebut tentu dapat menyebabkan disfungsi dan ketidakstabilan, yang berimplikasi pada sindroma nyeri bahu.



PENGARUH TERAPI LATIHAN TERHADAP KEMAMPUAN FUNGSIONAL PADA *SHOULDER IMPINGEMENT SYNDROME* (SIS)

Nyeri bahu merupakan gangguan muskuloskeletal yang memberikan dampak negatif bagi fungsi ekstremitas atas. Djade *et al.* (2019) menuturkan bahwa nyeri bahu menyebabkan keterbatasan mobilitas, keterbatasan fungsional dalam aktivitas sehari-hari, gangguan tidur, ketidakmampuan bekerja dan peningkatan penggunaan layanan kesehatan. Khosravi *et al.* (2019) mengutip dari penelitian- penelitian terdahulu bahwa nyeri bahu merupakan gangguan muskuloskeletal ketiga terbesar dan menyumbang sekitar 16% dari semua keluhan muskuloskeletal, selain itu usia menjadi faktor resikonya. Ristori *et al.* (2018) dalam penelitiannya menerangkan prevalensi dari nyeri bahu yakni kisaran 7% sampai 26% dan bertambah seiring bertambahnya usia. Penelitian sebelumnya oleh Vincent *et al.* (2017) 67% orang dewasa mengalami nyeri bahu.

Djade *et al.* (2019) dalam studi *systematic review* menuliskan bahwa di Amerika Serikat, 13% orang mengambil cuti karena nyeri bahu dan menghabiskan dana senilai 7 miliar dolar AS untuk pengobatan pada 2010, tidak jauh berbeda dengan di Prancis dengan presentase 26% pada tahun 2017. Namun, diperkirakan ada sekitar 55%- 67% orang dengan keluhan nyeri bahu yang tidak menjalani pengobatan secara medis. Santausa (2018) dalam laporan kasusnya menuliskan bahwa Indonesia belum memiliki data nasional prevalensi nyeri bahu dan menyebutkan prevalensi nyeri bahu di Gianyar, Bali yakni 61,5%.



PENGARUH TERAPI LATIHAN TERHADAP KEMAMPUAN FUNGSIONAL PADA *SHOULDER IMPINGEMENT SYNDROME* (SIS)

Penyebab paling umum dari nyeri bahu yang dilaporkan antara lain gangguan rotator cuff, sendi *acromio clavícula* (ACJ) dan sendi *glenohumeral* (GHJ) (Cadogan *et al.* 2011). Pernyataan tersebut yang berkenaan dengan gangguan pada *rotator cuff* sependapat dengan Vincent *et al.* (2017). Sementara hasil studi yang dilakukan oleh Bayam *et al.* pada tahun (2011) menunjukkan bahwa *subacromial impingement* dan *rotator cuff tear* menjadi penyebab nyeri bahu teratas. Hal ini diperkuat oleh gagasan Garving *et al.* (2017) yang menyatakan bahwa diagnosa global nyeri bahu selama enam dekade, sebanyak 85% gangguan rotator cuff dan 74% *impingement syndrome*.

Shoulder impingement syndrome (SIS) ialah sindrom klinis dimana *soft tissue* tejepit di daerah sendi bahu sehingga menimbulkan nyeri di area tersebut, tanda yang muncul dapat berupa nyeri ketika mengangkat lengan ataupun ketika berbaring disisi yang sakit. Beberapa penyebab terjadinya SIS yakni karena degeneratif, fungsional dan mekanik (Garving *et al.*, 2017). SIS disebabkan karena kompresi dari *rotator cuff*, tendon *supraspinatus* dan *biceps caput longum*. Faktor resiko utama SIS adalah aktivitas yang berulang pada bahu, bisa berhubungan dengan pekerjaan atau aktivitas rekreasional (Rizzo *et al.*, 2017).

Menurut Stoller (2012), mekanisme terjadinya SIS dibagi menjadi 4, antara lain karena hipovaskularitas pada tendon *supraspinatus*, proses



PENGARUH TERAPI LATIHAN TERHADAP KEMAMPUAN FUNGSIONAL PADA *SHOULDER IMPINGEMENT SYNDROME* (SIS)

mekanik, trauma akut dan mikrotrauma yang berulang dari penggunaan berlebih terutama akibat dari pekerjaan yang menekankan gerakan di atas kepala. Selain nyeri, SIS dapat menyebabkan keterbatasan luas gerak sendi kemudian berujung kepada penurunan kemampuan fungsional, sehingga aktivitas terhambat.

Kajian oleh Braman *et al.* (2014) membahas manajemen pengobatan SIS adalah dengan tindakan bedah dan konservatif oleh fisioterapi. Tindakan bedah dilakukan apabila semua intervensi yang diberikan tidak berhasil, studi tersebut juga menuturkan bahwa evaluasi dan pengobatan paling baik dilakukan bersama fisioterapi. Menurut Gamora- García *et al.* (2016), tindakan secara konservatif berupa analgesik, obat antiinflamasi nonsteroid, injeksi steroid dan rehabilitasi. termasuk terapi latihan, terapi manipulasi, edukasi dan pengukuran secara berkala guna evaluasi. Terapi latihan pada SIS memiliki 3 tujuan yaitu stabilisasi *scapula*, memperbaiki *muscle imbalance* dan meningkatkan koordinasi. Heron *et al.* (2017) dalam studinya mengungkap penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa intervensi SIS dengan latihan memperoleh hasil yang sangat baik.

Berdasarkan uraian di atas, maka tujuan penulisan ini adalah menyajikan literatur yang mengevaluasi pengaruh terapi latihan terhadap kemampuan fungsional pada kasus *shoulder impingement* sebagai bukti terkini dan peluang untuk studi lanjutan guna pengembangan teknik.



1.2 Rumusan masalah

Apakah ada pengaruh terapi latihan terhadap kemampuan fungsional pada *shoulder impingement syndrome* (SIS) ?

1.3 Tujuan penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari karya tulis ini adalah untuk mengetahui dan mengevaluasi pengaruh terapi latihan terhadap kemampuan fungsional pada SIS.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penulisan ini adalah untuk meninjau studi penelitian sebelumnya terkait terapi latihan dan memuat hasil berkenaan dengan kemampuan fungsional pada *shoulder impingement syndrome* (SIS).

1.4 Manfaat Penulisan

1.4.1 Manfaat bagi pengembangan keilmuan

Menambah pengetahuan dan pemahaman tentang intervensi fisioterapi untuk meningkatkan kemampuan fungsional sesuai dengan *evidence base* dan mungkin dapat dijadikan penelitian lebih lanjut.

1.4.2 Manfaat bagi masyarakat

Memberikan petunjuk masyarakat tentang manfaat terapi latihan sebagai bagian dari *home exercise* untuk menjaga dan meningkatkan kemampuan fungsional bahu bagi penderita SIS.