



ABSTRAK

Ankylosing spondylitis adalah penyakit *immune-inflamatory* kronik yang mempengaruhi *axial skeleton* dan suatu waktu bisa mengenai sendi perifer. Perubahan patologi terjadi pada *synovial*, sendi tulang rawan, tendon dan ligament. *Ankylosing spondylitis* merupakan penyakit yang kompleks dan prototip dari spondyloarthritis serta salah satu penyakit rematik umum. *Ankylosing spondylitis* umumnya hadir pada sekitar umur 26 tahun, laki-laki lebih sering terkena dibandingkan wanita dengan perbandingan 2: 1. Penyebab dari *ankylosing spondylitis* belum diketahui dengan jelas, tetapi tampaknya sepenuhnya karena genetik dan sistem kekebalan tubuh. Penyakit ini diperantai oleh sistem imun, di buktikan dengan adanya peningkatan IgA dan berhubungan dengan HLA B27. Gejala awal dari *ankylosing spondylitis* adalah timbulnya nyeri yang bersifat *insidious* (diam-diam) dalam onsetnya. Umumnya nyeri terasa dalam pada *gluteus* dan atau *regio lumbal* bawah dan disertai kekakuan pada pagi hari di daerah yang sama dan berlangsung selama beberapa jam, bertambah baik jika beraktivitas, dan akan kembali jika beraktivitas. Gejala utama *ankylosing spondylitis* adalah sakroilitis. Komplikasi yang paling serius ditemui pada *ankylosing spondylitis* adalah fraktur tulang belakang. Terapi latihan adalah salah satu modalitas fisioterapi dengan menggunakan gerak tubuh baik secara aktif maupun pasif untuk pemeliharaan dan perbaikan kekuatan. Terapi latihan ini sangat cocok untuk mencegah adanya deformitas dan gangguan eksansi rongga dada serta gangguan lainnya. Selain itu terapi latihan pada *ankylosing spondylitis* digunakan untuk meningkatkan fungsi termasuk transfer dan ambulasi, meningkatkan kinerja otot, meningkatkan fleksibilitas struktur jaringan, meningkatkan kebugaran, dan menjaga gerakan potensi maksimal pasien. Terapi latihan yang digunakan untuk *ankylosing spondylitis* antara lain latihan pernapasan, *stretching* dan *neck cailliet*.

Kata kunci : *Ankylosing Spondylitis, Stretching, Neck Cailliet*



ABSTRACT

Ankylosing spondylitis is a chronic inflammatory-immune disease that affects the axial skeleton and a time to the peripheral joints. Pathological changes occur in synovial, cartilage, tendons and ligaments. Ankylosing spondylitis is a complex disease and the prototype of spondyloarthritis and one common rheumatic diseases. Ankylosing spondylitis is generally present at about age 26, men are more commonly affected than women by a ratio of 2: 1. The cause of ankylosing spondylitis is not clear, but it seems entirely due to genetic and immune system. This disease is mediated by the immune system, evidenced by an increase in IgA and is associated with HLA B27. The early symptoms of ankylosing spondylitis is the onset of pain that is Insidious (secretly) in onset. Generally, pain is felt in the gluteus and lower or lumbar region and with stiffness in the morning in the same area and lasted for several hours, only improve if the move, and will go back if the move. The main symptoms of ankylosing spondylitis is sacroiliitis. The most serious complications encountered in ankylosing spondylitis is a fracture vertebra. Exercise therapy is one of the modalities of physiotherapy by using gestures either actively or passively for maintenance and repair of power. Exercise therapy is particularly suited to prevent deformities and disorders of the chest cavity expansion as well as other disorders. Besides exercise therapy in ankylosing spondylitis is used to improve the function including transfers and ambulation, improving muscle performance, improve the flexibility of the network structure, improve fitness, and maintain maximum potential patient movement. Therapeutic exercises used for ankylosing spondylitis include breathing exercises, stretching and neck cailliet.

Keyword : Ankylosing Spondylitis, Stretching, Neck Cailliet