

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Total Knee Replacement (TKR) merupakan tindakan bedah yang banyak dilakukan pada pasien dengan kerusakan sendi lutut berat, namun sering kali keberhasilan fungsional pascaoperasi tidak optimal akibat rendahnya kepatuhan pasien terhadap latihan fisik (Tian & Zhang, 2022). Latihan fisik yang konsisten setelah TKR terbukti mampu mempercepat pemulihan mobilitas dan mencegah komplikasi muskuloskeletal (Ratih, 2022). Namun, dalam praktiknya, tidak semua pasien menunjukkan tingkat kepatuhan yang optimal terhadap latihan fisik, yang berisiko memperlambat pemulihan fungsi sendi (Rhona Agasti et al., 2024). Fungsi sendi merupakan kemampuan sendi dalam melakukan pergerakan normal yang mencakup fleksibilitas, kekuatan, kestabilan, dan ketahanan. Pasien post TKR, fungsi sendi lutut menjadi indikator penting untuk menilai keberhasilan operasi dan rehabilitasi. Fungsi sendi yang membaik ditandai dengan peningkatan jangkauan gerak, berkurangnya nyeri, serta kemampuan untuk berjalan tanpa alat bantu (Warsono, 2020).

Secara global, osteoarthritis sebagai salah satu penyebab utama tindakan TKR merupakan kondisi yang prevalensinya meningkat seiring bertambahnya usia populasi. *World Health Organization (WHO)* memperkirakan bahwa osteoarthritis lutut memengaruhi lebih dari 300 juta orang di seluruh dunia, dan angka ini terus meningkat (Dheya et al., 2025). WHO juga mencatat bahwa sekitar 80% pasien

dengan osteoarthritis mengalami keterbatasan aktivitas, dan 25% di antaranya tidak mampu melakukan aktivitas harian secara mandiri. Sekitar 1 juta tindakan TKR dilakukan setiap tahun di dunia, sebagian besar di negara maju, dan keberhasilan rehabilitasi sangat bergantung pada partisipasi aktif pasien dalam latihan fisik (Meitri & Herawati, 2025).

Berdasarkan data Survey Kesehatan Indonesia 2023 menunjukkan peningkatan signifikan kasus nyeri sendi dan disabilitas akibat osteoarthritis, terutama pada usia lanjut. Kementerian Kesehatan melaporkan bahwa sekitar 15% penduduk Indonesia yang berusia di atas 50 tahun mengalami osteoarthritis lutut, dan tindakan TKR menjadi solusi akhir ketika terapi konservatif tidak lagi efektif. Namun, edukasi pascaoperasi dan kepatuhan pasien terhadap latihan fisik masih tergolong rendah, yang menyebabkan proses rehabilitasi berlangsung lebih lambat dari yang diharapkan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, angka kejadian osteoarthritis cukup tinggi, terutama di kalangan lansia dan individu dengan riwayat pekerjaan berat atau obesitas. Data Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur pada tahun 2022 mencatat lebih dari 1.200 kasus TKR dilakukan di rumah sakit rujukan, termasuk RSUD dr. Soetomo dan beberapa rumah sakit swasta besar. Sayangnya, hanya sekitar 55% pasien yang mengikuti program rehabilitasi secara penuh, sementara sisanya tidak melakukan latihan fisik dengan teratur karena kurangnya kesadaran, ketakutan akan nyeri, atau terbatasnya akses terhadap fisioterapis (Dinkes Jatim, 2023).

RS AL-IRSYAD Surabaya sebagai salah satu rumah sakit swasta yang aktif melayani pasien bedah ortopedi mencatat sekitar 8 hingga 12 tindakan TKR dilakukan setiap bulan. Dari hasil monitoring rawat jalan di poli ortopedi, sekitar 40% pasien menunjukkan pemulihan fungsi sendi yang lambat. Hal ini diperkirakan berkaitan erat dengan tingkat kepatuhan pasien dalam melakukan latihan fisik pascaoperasi. Berdasarkan wawancara awal dengan beberapa perawat dan fisioterapis, ditemukan bahwa banyak pasien yang menganggap latihan fisik tidak terlalu penting, atau merasa takut untuk melakukannya karena takut nyeri atau cedera ulang.

Permasalahan kepatuhan terhadap latihan fisik pada pasien post TKR memiliki akar yang kompleks. Beberapa pasien mengeluh tidak memahami pentingnya latihan yang teratur, ada pula yang mengaku tidak mendapat edukasi yang memadai dari tenaga Kesehatan (Fitriani et al., 2025a). Selain itu, ketidaknyamanan selama latihan, keterbatasan alat bantu di rumah, serta kurangnya dukungan keluarga menjadi hambatan signifikan. Padahal, latihan fisik pasca TKR sangat penting untuk meningkatkan kekuatan otot, fleksibilitas sendi, mempercepat peredaran darah, serta mencegah terjadinya komplikasi seperti kekakuan sendi atau trombosis vena dalam (Warsono, 2020).

Tingkat kepatuhan latihan fisik mengacu pada sejauh mana pasien menjalankan program latihan yang telah direkomendasikan oleh fisioterapis atau tenaga medis, baik dari segi frekuensi, durasi, maupun teknik yang benar (Wijaya Saputra 2025). Tingkat kepatuhan ini sangat menentukan efektivitas program rehabilitasi. Pasien dengan kepatuhan tinggi biasanya menunjukkan progres

pemulihan yang lebih cepat dan dapat kembali menjalankan aktivitas sehari-hari secara mandiri dalam waktu yang lebih singkat (Fitriani et al., 2025a).

Hubungan antara kepatuhan latihan fisik dan perbaikan fungsi sendi telah menjadi fokus beberapa penelitian sebelumnya, namun masih ditemukan keterbatasan dalam konteks lokal, khususnya di Indonesia. Penelitian oleh (Ratih, 2022) menunjukkan adanya korelasi positif yang signifikan antara latihan fisik teratur dengan skor peningkatan fungsi sendi pada pasien post TKR. Namun, penelitian serupa di Indonesia masih terbatas jumlahnya, dan belum banyak dilakukan di rumah sakit swasta seperti RS AL-IRSYAD Surabaya, khususnya di unit rawat jalan seperti poli ortopedi.

Gap penelitian ini menunjukkan bahwa perlu dilakukan kajian lebih lanjut mengenai hubungan antara kepatuhan latihan fisik dan perbaikan fungsi sendi, terutama dengan konteks budaya, sosial, dan fasilitas lokal yang berbeda. Kebanyakan penelitian sebelumnya berfokus pada fase rawat inap atau belum memantau perilaku pasien dalam jangka waktu tertentu setelah tindakan bedah dilakukan.

Sebagai solusi, penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris mengenai pentingnya latihan fisik dalam pemulihan pasien post TKR. Hasil penelitian juga dapat digunakan untuk menyusun strategi edukasi dan intervensi berbasis kepatuhan yang efektif di poli ortopedi. Pendekatan edukatif yang melibatkan pasien dan keluarga, serta pemantauan rutin oleh perawat atau fisioterapis, dapat meningkatkan partisipasi pasien dalam program latihan fisik.

Berdasarkan uraian masalah diatas, peneliti merasa penting untuk melakukan penelitian berjudul “Hubungan Kepatuhan Latihan Fisik dengan Perbaikan Fungsi Sendi pada Pasien *Post Total Knee Replacement* di Poli Orthopedi RS AL-IRSYAD Surabaya” untuk menambah pengetahuan ilmiah serta mendukung praktik keperawatan berbasis bukti di bidang ortopedi.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara kepatuhan latihan fisik dengan perbaikan fungsi sendi pada pasien post *Total Knee Replacement* di Poli Orthopedi RS AL-IRSYAD Surabaya?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara kepatuhan latihan fisik dengan perbaikan fungsi sendi pada pasien post *Total Knee Replacement* di Poli Orthopedi RS AL-IRSYAD Surabaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kepatuhan latihan fisik pada pasien post TKR di Poli Orthopedi RS AL-IRSYAD Surabaya.
- b. Mengidentifikasi perbaikan fungsi sendi pada pasien post TKR di Poli Orthopedi RS AL-IRSYAD Surabaya.

- c. Menganalisis hubungan antara kepatuhan latihan fisik dengan perbaikan fungsi sendi pada pasien post TKR di Poli Orthopedi RS AL-IRSYAD Surabaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini berimplikasi pada peningkatan pemahaman di bidang keperawatan ortopedi, khususnya dalam menegaskan bahwa kepatuhan terhadap latihan fisik merupakan faktor kunci dalam mempercepat pemulihan fungsi sendi pasca operasi *Total Knee Replacement* (TKR).

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam merancang program edukasi dan pendampingan latihan fisik bagi pasien TKR.

- b. Bagi pihak manajemen rumah sakit

Hasil penelitian ini berimplikasi sebagai dasar evaluasi mutu layanan pasca bedah ortopedi serta sebagai acuan dalam pengembangan inovasi pelayanan rehabilitasi yang lebih efektif dan berorientasi pada kepatuhan pasien.

- c. Bagi pasien

Hasil penelitian ini berimplikasi pada peningkatan pemahaman mengenai pentingnya latihan fisik yang konsisten dalam mempercepat proses pemulihan, serta dapat menjadi dasar penyusunan panduan pelaksanaan aktivitas fisik bagi pasien post operasi *Total Knee Replacement*.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini berimplikasi sebagai referensi dan landasan bagi penelitian lanjutan yang lebih luas terkait intervensi rehabilitatif pascaoperasi ortopedi, serta membuka peluang untuk mengembangkan kajian dengan menambahkan variabel lain yang berpengaruh terhadap pemulihan fungsi sendi