

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Cerebral palsy adalah anak yang mengalami gangguan fungsi otak dan jaringan syaraf yang mengendalikan laju belajar, bagian otak belum berkembang dengan sempurna. Kekurangan oksigen saat dalam kandungan, cacat tulang belakang dan pendarahan di otak. yang mengakibatkan gangguan pada anggota gerak dan kemampuan akademik lainnya. Gejala lumpuh otak sudah bisa diketahui saat bayi berusia 3 – 6 bulan yakni saat bayi mengalami keterlambatan perkembangan. Ciri-ciri umum dari anak lumpuh otak adalah perkembangan motorik yang terlambat, refleks menggenggam hilang saat bayi berusia 3 bulan, berjalan menjinjit atau merangkak dengan satu kaki diseret. Khusus untuk anak spastik memiliki ciri-ciri anggota tubuh lemah atau kaku.

Anak yang diberi perlakuan ini mengalami kelemahan pada kedua tangan dan kesulitan pada saat menggenggam, pada bagian pinggul juga mengalami kelemahan dan pada saat duduk anak tersebut condong kearah depan dan bisa dibilang bahwa anak tersebut lemah dibagian pinggul, dan anak juga lemah dibagian pinggul kebawah saat melakukan berdiri dan dibantu beberapa orang untuk bisa berdiri.

Anak *cerebral palsy* pada dasarnya termasuk dalam jenis anak tunadaksa. Karyana (2013:34) mengemukakan bahwa “penyandang *cerebral palsy* mengalami kelainan pada sistem *cerebral* yakni system syaraf pusat yang ditandai dengan adanya kelainan gerak, sikap, atau bentuk tubuh, gangguan koordinasi, dan

terkadang disertai gangguan psikologis serta sensoris yang disebabkan adanya kerusakan pada masa perkembangan otak. Kelainan tersebut dapat mempengaruhi kemampuan dalam bergerak maupun berpindah tempat pada kegiatan sehari-hari atau ADL (*activity daily living*). Karena gangguan atau kelainan pada anak *cerebral palsy* beraneka ragam, sehingga berdampak pada segi layanan yang dibutuhkan anak. Tidak hanya layanan pendidikan, anak *cerebral palsy* juga membutuhkan layanan khusus untuk pemulihan dan pengembangan fungsi fisik yang diberikan sesuai dengan jenis dan tingkat kecacatan. Kelainan yang paling menonjol pada anak *cerebral palsy* yakni pada aspek motoriknya, akan tetapi juga mengalami gangguan penyerta lainnya seperti keterbatasan pada kemampuan sensorik, kecerdasan, gangguan bicara, komunikasi, serta gangguan emosi”.

Berkaitan dengan aspek rehabilitasi yang sarannya adalah pemulihan fungsi fisik, pemulihan fungsi fisik yang menjadi sasaran utama dalam rehabilitasi anak tunadaksa yang disesuaikan kembali pada tingkat kecacatan anak. ada 7 aspek yang perlu dikembangkan pada diri anak tunadaksa melalui pendidikan, yaitu pengembangan intelektual dan akademik, membantu perkembangan fisik, meningkatkan perkembangan emosi dan penerimaan diri anak, mematangkan aspek sosial, mematangkan moral dan spiritual, meningkatkan ekspresi diri, dan mempersiapkan masa depan anak. Sesuai dengan tujuan dan aspek tersebut, maka anak *cerebral palsy* membutuhkan layanan yang bertujuan untuk memulihkan fungsi fisik dan pengembangan fungsi fisik serta menangani gangguan perkembangan yang dialami anak *cerebral palsy*. Layanan fisioterapi merupakan salah satu rehabilitasi yang dapat digunakan untuk menangani gangguan tersebut.

Dalam hal ini, metode pemberian *proprioceptive neuromuscular facilitation (PNF)* berperan memperbaiki, mengembangkan, dan memelihara kemampuan fungsi gerak secara maksimal. Dengan begitu, kemampuan gerakan *cerebral palsy* dapat meningkat dan anak mampu secara mandiri untuk berdiri dengan normal. Adanya kerusakan sistem *cerebral* pada anak *cerebral palsy* mengakibatkan adanya abnormalitas pada organ gerak dan fungsinya. Dengan adanya abnormalitas tersebut dapat mempengaruhi fleksibilitas anggota gerak untuk melakukan gerakan *fleksi, ekstensi, abduksi*, maupun *rotasi*.

Menurut Lutan (2002:80) fleksibilitas atau kelenturan merupakan kemampuan dari sebuah sendi dan otot, serta tali sendi di sekitarnya untuk bergerak leluasa dan nyaman dalam ruang gerak maksimal yang diharapkan. Kelenturan atau fleksibilitas dapat ditingkatkan dengan bentuk latihan mengayun, memutar, meregang, dan memantul-mantulkan anggota tubuh. Fleksibilitas anggota gerak tubuh dapat dipertahankan apabila tulang dan sendi selalu digunakan, dan akan menurun apabila tidak digunakan. Latihan untuk meningkatkan sekaligus memperbaiki fleksibilitas anggota gerak tubuh dapat dilakukan dengan metode latihan *PNF*.

Fleksibilitas dapat didefinisikan sebagai kemampuan dari sebuah sendi dan otot, serta tali sendi di sekitarnya untuk bergerak dengan leluasa dan nyaman dalam ruang gerak maksimal yang diharapkan. Fleksibilitas dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut adalah otot, tendon, ligamen, usia, jenis kelamin, suhu tubuh dan struktur sendi. Fleksibilitas yang kurang dapat menyebabkan gerakan lebih lambat dan rentan terhadap cedera otot, ligamen, dan

jaringan lainnya. Dengan bertambahnya usia maka fleksibilitas seseorang akan berkurang. Cara terbaik meningkatkan fleksibilitas adalah dengan latihan peregangan dengan metode *PNF*.

Fleksibilitas adalah kemampuan seseorang bergerak dengan maksimal, dan salah satu komponen gerak dalam pergerakan manusia yang dapat mempengaruhi aspek yang lain (Rahman Hidayat, 2016: 29). Fleksibilitas adalah salah satu faktor yang utama yang menyebabkan prestasi yang kurang memuaskan serta kurang maksimal dan teknik yang tidak efisien, termasuk pula penyebab dari banyaknya ketegangan dan sobeknya otot dalam berolahraga.

Salah satu bentuk latihan untuk meningkatkan kemampuan fleksibilitas adalah metode latihan *PNF*. *PNF (proprioceptive neuromuscular facilitation)* atau kontraksi relaksasi merupakan salah satu bentuk latihan kelentukan dengan peregangan yang dibantu oleh orang lain saat kontraksi dan relaksasi. Teknik *PNF* menawarkan keuntungan dan manfaat yang lebih luas dibandingkan metode-metode peregangan konvensional lainnya, kemudian dapat meningkatkan relaksasi pada otot yang diregangkan, lebih lagi teknik *PNF* paling baik untuk mengembangkan atau membangun teknik fleksibilitas tubuh.

PNF (proprioceptive neuromuscular facilitation) atau kontraksi-relaksasi merupakan salah satu bentuk latihan kelentukan dengan peregangan yang dibantu oleh orang lain saat kontraksi dan relaksasi. Orang pada umumnya belum mengenal *PNF (proprioceptive neuromuscular facilitation)*. Manfaat *PNF* sangat penting bagi tubuh, contohnya untuk melatih kelentukan atau fleksibilitas. Kelentukan merupakan salah satu komponen kebugaran jasmani komponen kesehatan yang

berperan seseorang untuk mendapatkan kebugarannya. Kelentukan akan membantu seseorang untuk menunjang aktivitas sehari-hari. Maka oleh karena itu penulis mengambil judul ini untuk meningkatkan kemampuan kelentukan supaya anak *cerebral palsy* ini bisa bergerak dengan normal dan beraktifitas seperti manusia normal lain.

Berdasarkan dari hasil observasi di SLB TPI MEDAN diketahui bahwa, (1) anak *cerebral palsy quadriplegia* tersebut kesulitan pada saat berjalan (2) anak *cerebral palsy quadriplegia* di sekolah tersebut belum mengoptimalkan latihan PNF, (3) metode latihan PNF belum familiar disekolah tersebut. Tiga kondisi inilah yang kemudian mendorong peneliti untuk mencari data terhadap tingkat fleksibilitas anak *cerebral palsy quadriplegia*. Oleh karenanya, data empirik sangat dibutuhkan untuk mengetahui hasil dari perlakuan, pengukuran diperlukan untuk memperoleh data-data empirik yang menunjukkan pengaruh PNF terhadap tingkat fleksibilitas anak *cerebral palsy quadriplegia* di SLB TPI MEDAN. Dari latar belakang uraian diatas maka peneliti memilih untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Pemberian *proprioceptive neuromuscular fasilitation* terhadap fleksibilitas pada anak *cerebral palsy quadriplegia* di SLB TPI MEDAN".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Belum diketahuinya pengaruh latihan PNF terhadap fleksibilitas otot pada anak *cerebral palsy quadriplegia* di SLB TPI Medan .
2. Bagaimana pengaruh pemberian *PNF* terhadap Fleksibilitas

C. Batasan Masalah

Agar masalah yang diselidiki tidak terlampaui luas, maka penelitian ini dibatasi pada masalah “Pengaruh Pemberian *Proprioceptive Neuromuscular Facilitation* Terhadap Fleksibilitas Pada Anak *cerebral palsy quadriplegia* di SLB TPI MEDAN”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada batasan masalah di atas, maka dapat di rumuskan permasalahan sebagai berikut: adakah pengaruh *PNF* terhadap fleksibilitas Pada anak *cerebral palsy quadriplegia* Di SLB TPI MEDAN?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan tersebut di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk: mengetahui pengaruh *PNF* terhadap fleksibilitas anak *cerebral palsy quadriplegia* di SLB TPI MEDAN.

F. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

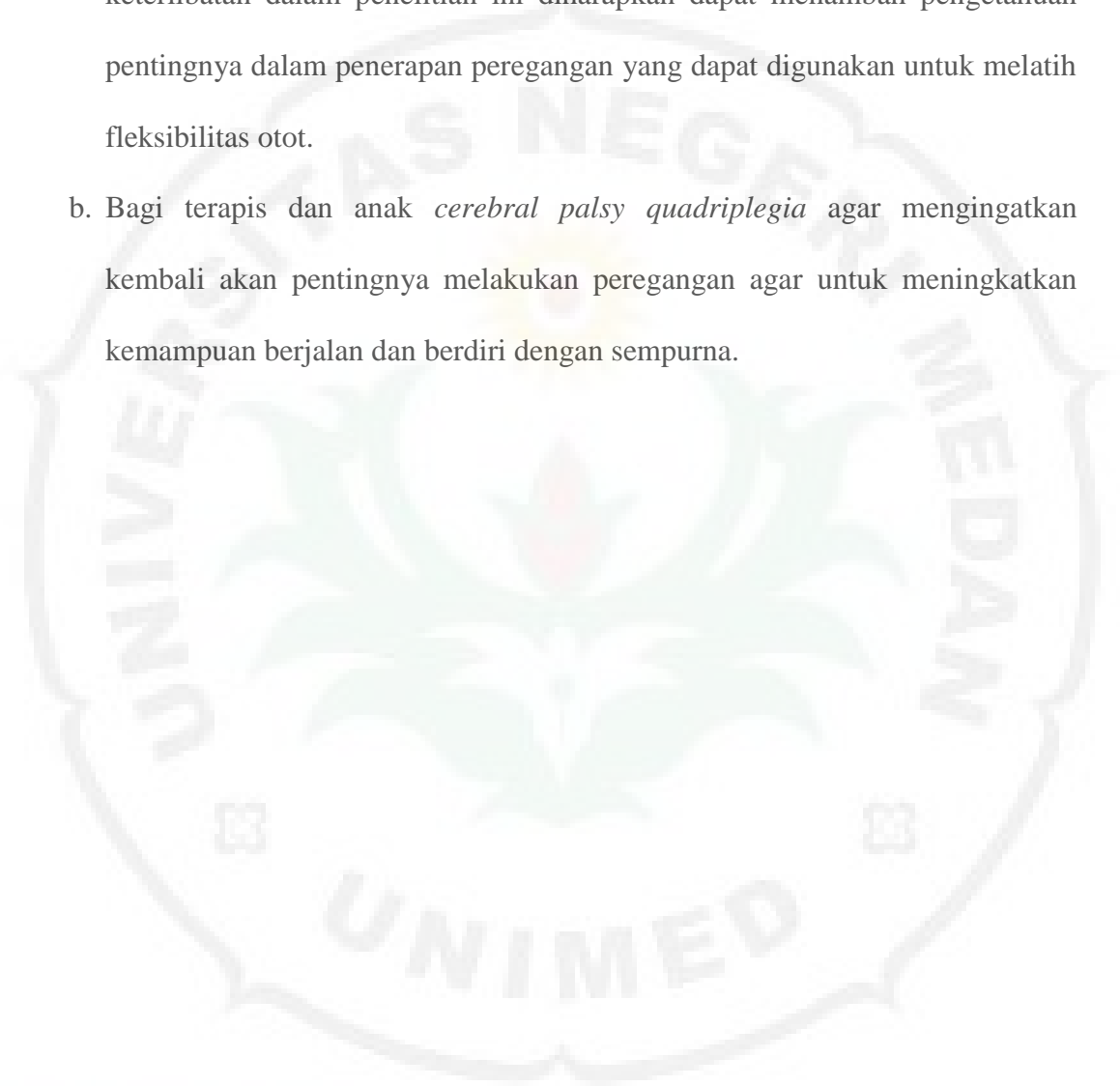
- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sarana untuk pembelajaran dan mengembangkan ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan fleksibilitas.
- b. Bagi mahasiswa prodi ilmu keolahragaan pada khususnya, dapat digunakan sebagai acuan atau referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya khususnya di bagian kelentukan dan anak *cerebral palsy quadriplegia*.

2. Praktis

- a. Untuk anak *cerebral palsy quadriplegia* yang terlibat dalam penelitian ini,

keterlibatan dalam penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan pentingnya dalam penerapan peregangan yang dapat digunakan untuk melatih fleksibilitas otot.

- b. Bagi terapis dan anak *cerebral palsy quadriplegia* agar mengingatkan kembali akan pentingnya melakukan peregangan agar untuk meningkatkan kemampuan berjalan dan berdiri dengan sempurna.



THE
Character Building
UNIVERSITY