

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Program latihan tambahan yang diperlukan dalam layanan fisioterapi untuk meningkatkan *output* dari pasien, latihan tambahan yang dilakukan oleh pasien yang sedang dalam masa rehabilitasi adalah *home exercise* (Gerhanawati et al., 2023). Program rehabilitasi berupa *home exercise* dirancang untuk mendukung latihan yang diberikan oleh fisioterapis, yang diharapkan dapat meningkatkan efektivitas terapi sehingga kemampuan fungsional pasien dalam menjalani aktivitas sehari-hari menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Home exercise program merupakan aktivitas fisik terapeutik yang dijalankan secara mandiri di rumah. Rangkaian latihan ini berfungsi sebagai tugas lanjutan yang mendukung pasien dalam meraih target rehabilitasi fisik serta meningkatkan kondisi kesehatan dan mobilitas tubuh dalam periode yang berkelanjutan (Navarro-Brazález et al., 2021). *Home exercise program* menjadi komponen penting dalam rangkaian rehabilitasi fisik, sebab disusun dengan tujuan memastikan pasien tetap mengalami perkembangan positif selama jeda waktu antar pertemuan terapi (Picha et al., 2021). Hal ini ditunjukkan dalam studi yang dilakukan oleh Johansson et al., (2022) yang mengatakan bahwa 25 responden yang menjalani *aerobic exercise* di rumah mengalami kemajuan lebih cepat dan lebih baik dalam perkembangan motorik dan kognitif pada pasien dengan *parkinson's disease*. Efektivitas

202210490311063
Adinda Fawzia Auliarahma
Prodi Fisioterapi

home exercise program memerlukan komitmen tinggi dari pasien untuk melaksanakan latihan sesuai dengan jadwal dan prosedur yang telah ditetapkan (Collado-Mateo et al., 2021)

Kepatuhan pasien dalam melaksanakan program latihan berbasis rumah yang diresepkan memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keberhasilan program fisioterapi (Yalew et al., 2022). Kepatuhan yang digunakan oleh *medical professionals* adalah ketika pasien secara aktif membuat keputusan untuk melanjutkan pengobatan atau terapi yang telah diresepkan dan dapat bertanggung jawab atas kesehatan mereka sendiri. Kepatuhan juga dapat diartikan sebagai sejauh mana pasien mengikuti anjuran medis yang diberikan, baik berupa pengobatan, terapi, maupun prosedur kesehatan lainnya sesuai dengan instruksi tenaga kesehatan. (Mir, 2023; Muliawati et al., 2022). Kepatuhan atau komitmen yang dimiliki dalam terapi latihan merupakan kunci keberhasilan dan memiliki peran penting yang sangat dibutuhkan untuk efektivitas program yang telah diberikan dan direncanakan oleh fisioterapis untuk mencegah terjadinya masalah yang berkelanjutan serta dapat menghambat aktivitas sehari-hari (Fransen et al., 2015)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Essery et al., (2017) yang meneliti tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan terhadap terapi fisik berbasis rumah didapatkan bahwa 57% pasien melaporkan masalah muskuloskeletal merupakan hambatan untuk tidak mematuhi *home exercise program* yang diberikan. Kepatuhan pasien terhadap program terapi *home exercise* tersebut merupakan hal yang penting

202210490311063
Adinda Fawzia Auliarahma
Prodi Fisioterapi

bagi keberhasilan terapi itu. Berdasarkan data yang diperoleh, sebanyak 26,3% responden dengan kepatuhan tinggi memiliki tingkat kesehatan yang lebih baik (Sinuraya et al., 2018). Rendahnya tingkat kepatuhan dalam menjalankan program latihan rehabilitasi di rumah merupakan tantangan signifikan, dengan sekitar 50% pasien tidak menjalankan program sebagaimana mestinya, sehingga dapat mempengaruhi kesembuhan secara klinis (Zolkafi et al., 2022). Kepatuhan dalam melakukan latihan terutama *home exercise* merupakan permasalahan yang kompleks, faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien salah satunya adalah motivasi diri, dimana motivasi sendiri dapat ditargetkan secara efektif dengan melalui intervensi khusus. (Arensman et al., 2024).

Kata “motivasi” berasal dari kata “motif” yang dapat diartikan sebagai dorongan internal yang menyebabkan seseorang untuk melakukan tindakan untuk mencapai tujuan yang diinginkan (Sardiman, 2018). Pengaruh dorongan internal yang mengarah pada pencapaian suatu tujuan dikenal sebagai motivasi, yang dimana motivasi sendiri memiliki pengaruh yang signifikan dalam membentuk tingkah laku serta tindakan seseorang. Setiap kegiatan yang dilakukan individu pada dasarnya bersumber dari adanya motivasi (Venkatachalam et al., 2015). Faktor internal atau intrinsik berasal dari dalam diri seseorang, seperti aspirasi pribadi, ketertarikan, dan berbagai dorongan internal lainnya. Sementara itu, faktor eksternal atau ekstrinsik berasal dari pengaruh lingkungan sekitar, termasuk dukungan dari lingkaran sosial seperti anggota keluarga, rekan sejawat, dan pihak-pihak lain di sekitarnya (Damanik, 2020).

Motivasi yang paling efektif berasal dari dalam diri sendiri (internal), ketika seseorang memiliki tekad, keinginan dan tujuan yang jelas, hal ini akan memiliki dampak yang positif dalam proses penyembuhan dan kepatuhan terapi latihan yang dijalani oleh pasien (Mahardika & Adyani, 2023). Penelitian tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Wagner (2023) menyatakan bahwa 16 dari 30 responden memiliki pola pikir positif dengan nilai rata – rata 8,3 dari 10 menunjukkan bahwa kelompok pola pikir positif mengalami kemajuan yang lebih signifikan dibandingkan dengan rata-rata kelompok yang memiliki pola pikir negatif dalam menjalani program terapi fisik. Hal ini mengindikasikan bahwa kondisi psikologis, khususnya suasana hati dan motivasi individu memiliki peran yang signifikan dalam menentukan keberhasilan pengobatan dan terapi yang dijalani.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di tiga praktik mandiri fisioterapi di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang didapatkan hasil bahwa setiap pasien yang melakukan terapi akan diberikan *home program exercise*, dan kepatuhan pasien dalam menjalani latihan tersebut masih menunjukkan variasi yang cukup signifikan. Beberapa pasien menunjukkan tingkat kepatuhan yang kurang optimal dikarenakan berbagai faktor, antara lain kesibukan dalam aktivitas sehari-hari, kurangnya motivasi untuk melanjutkan program latihan secara konsisten, serta faktor lupa yang sering terjadi karena tidak adanya pengingat atau pendampingan yang memadai. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan antara pemberian program latihan dengan implementasinya di rumah.

202210490311063
Adinda Fawzia Auliarahma
Prodi Fisioterapi

Kondisi ini tentunya dapat mempengaruhi efektivitas terapi dan proses pemulihan pasien secara keseluruhan.

Berdasarkan uraian fenomena tersebut mendorong peneliti untuk melakukan kajian lebih mendalam mengenai faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien, khususnya terkait dengan aspek motivasi sembuh sebagai salah satu determinan utama yang dapat mempengaruhi konsistensi pasien dalam menjalani program latihan di rumah. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Motivasi Sembuh Terhadap Kepatuhan Menjalani Latihan Di Rumah Pada Pasien Praktik Mandiri Fisioterapi Kecamatan Lowokwaru Kota Malang”

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara motivasi sembuh terhadap kepatuhan menjalani latihan di rumah pada pasien di praktik mandiri fisioterapi Kecamatan Lowokwaru Kota Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara motivasi sembuh terhadap kepatuhan menjalani latihan di rumah pada pasien di praktik mandiri fisioterapi Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat motivasi sembuh pada pasien yang menjalani terapi di praktik mandiri fisioterapi Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.

- b. Mengidentifikasi tingkat kepatuhan pasien dalam melakukan latihan di rumah yang telah diinstruksikan oleh fisioterapis praktik mandiri fisioterapi Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.
- c. Menganalisis hubungan antara tingkat motivasi sembuh dengan tingkat kepatuhan menjalani latihan di rumah pada pasien praktik mandiri fisioterapi Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.
- d. Mengukur kekuatan hubungan antara motivasi sembuh dengan kepatuhan menjalani latihan di rumah pada pasien praktik mandiri fisioterapi Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.

D. Manfaat Penelitian

Diharapkan studi yang dilakukan memiliki hasil yang mampu bermanfaat untuk :

1. Peneliti

Penelitian ini bisa dipakai sebagai wadah untuk menambah ilmu pengetahuan, memperluas serta memperdalam pemahaman mengenai pengetahuan dan wawasan. Pengembangan diri peneliti dalam berbagai aspek khususnya bidang akademis dan penulisan ilmiah mengenai hubungan antara motivasi yang dimiliki oleh pasien terhadap kepatuhan menjalani latihan di rumah pada pasien di praktik mandiri fisioterapi Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.

2. Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai hasil temuan penelitian tentang hubungan antara motivasi sembuh terhadap kepatuhan menjalani latihan di rumah pada pasien di praktik mandiri

202210490311063
Adinda Fawzia Auliarahma
Prodi Fisioterapi

fisioterapi Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Sehingga dapat memperkaya dan memberikan manfaat untuk pengembangan dan memperkaya wawasan ilmu pengetahuan dalam bidang pendidikan.

3. Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan ilmiah dan bahan pertimbangan untuk studi-studi berikutnya, terutama mengenai motivasi yang dimiliki oleh pasien dalam menjalani latihan dirumah.

4. Fisioterapi

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai pertimbangan sejauh mana motivasi yang dimiliki dalam diri pasien dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan dalam pelaksanaan program latihan yang telah diberikan oleh fisioterapis sehingga dapat mengevaluasi kepatuhan pasien terhadap program rehabilitasi yang diberikan sebagai bagian dari proses pemulihan rehabilitasi.

5. Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan dan juga pengetahuan responden terkait motivasi yang dimiliki oleh pasien sebagai salah satu hal penting yang menjadi faktor kepatuhan latihan yang dilakukan dirumah.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Kesimpulan Penelitian	Perbedaan Penelitian
1.	Christine Handayani Siburian, Eka Nugraha V Naibaho & Nataria Yanti Silaban (2023)	The Relationship Between Motivation And Medication Adherence In Hypertensive Patients At Puskesmas Susua, Susua District, South Nias Regency	Desain : <i>Cross Sectional</i> Sampel : 40 residents of hypertensive patients. The sampling technique being a purposive sampling technique. Lokasi : the Susua Health Center, Susua District, South Nias Regency Variabel independen : Relationship between motivation Variabel dependen : Medication Adherence In Hypertensive Patients Analisis data : Menggunakan uji analisis <i>Spearman Rho</i>	The results found a relationship between motivation and adherence to taking medication in hypertensive patients	Penelitian ini berfokus pada variable dependen kepatuhan pegobatan pada pasien penderita hipertensi, dengan fokus penelitian yaitu untuk mengetahui apakah motivasi dan kepatuhan pengobatan terdapat korelasi satu sama lain. Sedangkan penelitian selanjutnya menggunakan variabel motivasi yang dimiliki oleh pasien sebagai variabel independent dan tujuan penelitiannya untuk mengetahui adanya hubungan antara motivasi sembuh dengan kepatuhan latihan di rumah.

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Kesimpulan Penelitian	Perbedaan Penelitian
2.	Widiyanti Wira Daramatasia & Muntaha (2023)	Hubungan Tingkat Motivasi Dengan Kepatuhan Terapi Antiretroviral Pada Orang Dengan HIV/AIDS Di Jombang Care Center Plus Kabupaten Jombang	Desain : <i>Cross Sectional</i> Sampel : 38 sampel ODHA di JCC+, teknik pengumpulan sampel dengan <i>purposive sampling</i> . Lokasi : Care center plus Kabupaten Jombang Variabel independen : Tingkat motivasi Variabel dependen : Kepatuhan terapi antiretroviral Analisis data : Analisa hasil penelitian menggunakan <i>uji somers'd</i>	Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat motivasi dengan kepatuhan terapi antiretroviral pada orang dengan HIV/AIDS dengan nilai korelasi menunjukkan bahwa arah korelasi positif	Dengan menggunakan variable dependen kepatuhan terapi antiretroviral pada orang dengan HIV/AIDS, fokus penelitian tersebut yaitu untuk mencari tahu apakah antara motivasi yang dimiliki oleh pasien dan kepatuhan terapi antiretroviral terdapat korelasi. Sementara variabel dependen kepatuhan menjalani terapi latihan di rumah juga digunakan fokus dari penelitian selanjutnya adalah untuk mengetahui bagaimana motivasi sembuh dapat berkorelasi dengan kepatuhan latihan berbasis rumah pada pasien di praktik mandiri Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Kesimpulan Penelitian	Perbedaan Penelitian
3.	Tanoto (2018)	Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kepatuhan Dalam Menjalani Terapi Pada Pasien Osteoarthritis Di Wilayah Pedesaan	Desain : <i>Cross Sectional</i> Sampel : 71 responden Teknik pengumpulan sampel menggunakan <i>non probability sampling</i> yaitu <i>consecutive sampling</i> Lokasi : Puskesmas kandangan, Kecamatan Kandangan, Kabupaten Kediri. Variabel independen : Faktor-faktor yang berhubungan Variabel dependen : Kepatuhan pasien Analisis data : Analisa hasil penelitian menggunakan uji Chi Square	Terdapat hubungan antara kepatuhan pasien dengan tingkat pendidikan dan dukungan keluarga	Penelitian ini menggunakan faktor yang berhubungan kepada pasien osteoarthritis sebagai variabel independent. Sedangkan penelitian selanjutnya variabel independen berupa motivasi sembuh. Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kepatuhan dalam menjalani terapi di daerah pedesaan. Sedangkan fokus penelitian selanjutnya ialah mengetahui bagaimana motivasi sembuh berkorelasi dengan kepatuhan latihan berbasis rumah (<i>home exercise</i>) di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Kesimpulan Penelitian	Perbedaan Penelitian
4.	Ermias Solomon Yalew, Ashenafi Zemed Melese, Yisak Girma Guadie & Moges Gashaw (2022)	Adherence to Home-Based Exercise Program and Its Predictors Among Patients Treated in Physiotherapy Outpatient Department in Amhara Region Hospitals in Ethiopia: A Prospective Cross-Sectional Study	Desain : <i>Cross Sectional</i> Sampel : 300 response The sample collection technique uses techniques systematic random sampling Lokasi : Comprehensive specialized hospitals of Gondar University, Felege Hiwot, and Tibebe Ghion Variabel independen : Predictors Among Patients Treated in Physiotherapy Outpatient Variabel dependen : Adherence to Home-Based Exercise Program Analisis data : Analisa hasil penelitian menggunakan <i>Binary logistic regression</i>	The adherence to home exercise programs was relatively poor among patients treated in a physiotherapy outpatient department. Older age, being female, uneducated, employed, and patients with a busy work schedule have a higher likelihood of non-adherence and should be given special consideration. Forgetfulness, patient perception to exercise.	Penelitian ini menilai faktor atau prediktor apa saja yang dapat berpengaruh terhadap program latihan berbasis rumah. Sedangkan penelitian selanjutnya variabel independen berupa motivasi sembuh yang dimiliki oleh pasien dengan bertujuan menilai apakah motivasi sembuh yang dimiliki oleh pasien dapat mempengaruhi tingkat kepatuhan pasien terhadap program latihan berbasis rumah di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.
5.	Dedi Setiawan & Asep Barkah (2022)	Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Motivasi Pasien Pasca Stroke	Desain : <i>Cross Sectional</i> Sampel : 41 responden Teknik pengumpulan sampel menggunakan teknik total sampling.	Mayoritas pasien stroke memiliki dukungan keluarga yang tinggi sebanyak 38 orang (92,7%),	Penelitian ini menggunakan teknik total sampling dengan pendekatan cross sectional. Dengan

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Kesimpulan Penelitian	Perbedaan Penelitian
		Dalam Melakukan Latihan Fisioterapi di Rs. Sukmul Sisma Medika Jakarta Utara Tahun 2022	Lokasi : RS Sukmul Sisma Medika Jakarta Utara Variabel independen : Dukungan keluarga Variabel dependen : Motivasi Pasien Pasca Stroke Dalam Melakukan Latihan Fisioterapi Analisis data :	dalam melakukan fisioterapi di RS Sukmul Sisma Medika tahun 2022. Pasien stroke yang memiliki motivasi tinggi yaitu sebanyak 34 orang (82,9%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara hubungan dukungan keluarga dan motivasi pasien stroke dalam melakukan latihan fisioterapi	variabel independent berupa hubungan keluarga dan bertujuan untuk mencari tahu apakah motivasi pasien dalam melakukan latihan fisioterapi memiliki korelasi dengan dukungan keluarga. Penelitian selanjutnya menggunakan variabel dependen berupa kepatuhan latihan di rumah (<i>home base exercise</i>) dan tujuan penelitiannya untuk mengetahui hubungan antara motivasi sembuh dengan kepatuhan melakukan latihan berbasis rumah di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.
6.	Bruno Bonnechre, Bart Jansen,	Do Patients Perform Their Exercises at Home and why (not)? A Survey	Desain : <i>Survey Research</i> Sampel : 319 respons	29% of the patients reports a total adherence, 54% are	Fokus penelitian ini adalah kepatuhan pasien dalam

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Kesimpulan Penelitian	Perbedaan Penelitian
	Lubos Omelina & Serge Van Sint Jan et al., (2016)	on Patients' Habits during Rehabilitation Exercises	<p>The sample collection uses techniques a self-reporting survey, the questionnaire was distributed thought the Internet.</p> <p>Lokasi : 319 patients from 15 countries (Belgium, United States, Slovakia, Italy, Spain, France, Russia, Portugal, Luxembourg, UK, Germany) Ecuador, Switzerland, Brazil, India</p> <p>Variabel independen : Patients Perform Their Exercises at Home</p> <p>Variabel dependen : Patient's Habits During Rehabilitation Exercises</p> <p>Analisis data : Analisa hasil penelitian menggunakan <i>descriptive statistics and percentage</i></p>	<p>partially adherence and 17% of the patients do not perform any of the recommended exercises. Partially mean that patients only performed 33% of the right amount of repetitions and duration. The total percentage of participation is about 50% of the recommendation of physiotherapists. Lack of time and tedious exercises are the two main reasons why patients do not do these exercises.</p>	<p>melakukan latihan dirumah secara umum disertai alasan ketidakpatuhan untuk menemukan solusinya. Sedangkan penelitian selanjutnya berfokus pada hubungan antara motivasi sembuh sebagai variabel independent dengan kepatuhan menjalani terapi sebagai variabel dependen. Selain itu penelitian ini juga menggunakan penelitian internasional dengan responden dari 15 negara. Sedangkan penelitian selanjutnya ialah penelitian lokal yang akan dilakukan di Kecamatan Lowokwaru Kota Malang</p>