

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Fisioterapi merupakan pelayanan kesehatan yang bertujuan untuk mendukung, memelihara, serta memulihkan gerak dan fungsi tubuh melalui berbagai intervensi seperti terapi latihan, edukasi, dan penggunaan modalitas tertentu. Dalam proses rehabilitasi, terapi latihan menjadi komponen utama untuk mendukung fungsi motorik dan aktivitas fungsional pasien, khususnya pada kondisi neurologis seperti stroke (Ismaningsih, 2022).

Terapi tidak hanya dilakukan di fasilitas kesehatan, tetapi juga perlu dilanjutkan secara mandiri di rumah melalui *Home Exercise Program* (HEP). Program latihan di rumah ini bertujuan untuk mengoptimalkan hasil terapi yang telah diberikan selama sesi fisioterapi, serta membantu pasien mempertahankan dan mendukung kemampuan fungsionalnya secara berkelanjutan. Latihan yang tidak dilakukan secara rutin dapat membantu hasil terapi menjadi kurang optimal dan memperlambat proses pemulihan pasien. Kepatuhan pasien terhadap *Home Exercise Program* tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor lingkungan. Lingkungan tempat tinggal pasien, seperti kondisi rumah yang kurang mendukung, keterbatasan ruang untuk berlatih, serta minimnya fasilitas penunjang, dapat menjadi hambatan dalam pelaksanaan latihan secara rutin. Selain itu, dukungan keluarga juga memiliki peran yang sangat penting dalam

mendukung kepatuhan pasien, karena pasien yang mendapatkan pendampingan, motivasi, serta pengawasan cenderung lebih konsisten dalam menjalankan program latihan di rumah (Henrianto Karolus Siregar, 2022)

Faktor lingkungan sosial seperti kesibukan sehari-hari, tuntutan pekerjaan, serta keterbatasan waktu luang juga dapat mempengaruhi keteraturan pasien dalam melakukan latihan. Selain itu, akses terhadap informasi dan edukasi kesehatan yang terbatas dapat membantu pasien kurang memahami pentingnya *Home Exercise Program*, sehingga berdampak pada rendahnya motivasi dalam melaksanakannya. Kondisi ini menunjukkan bahwa lingkungan fisik dan sosial memiliki kontribusi yang signifikan terhadap keberhasilan pelaksanaan program rehabilitasi, sehingga perlu diperhatikan dalam perencanaan intervensi fisioterapi (Peek K, 2022).

Masalah kepatuhan pasien dalam menjalankan program latihan di rumah (*Home Exercise Program*) juga merupakan isu global dalam praktik fisioterapi. Berdasarkan berbagai penelitian, tingkat ketidakpatuhan pasien berkisar antara 30% hingga 67% pada populasi pasien muskuloskeletal (Peek K, 2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun intervensi fisioterapi telah dirancang secara optimal, hasil terapi tidak selalu maksimal karena kurangnya keterlibatan aktif pasien di luar sesi terapi.

Perkembangan teknologi dan metode terapi telah memberikan berbagai kemudahan dalam proses rehabilitasi, seperti penggunaan media digital, aplikasi kesehatan, dan metode edukasi yang lebih interaktif. Namun demikian, peningkatan fasilitas tersebut tidak selalu diikuti dengan peningkatan kepatuhan pasien dalam menjalankan latihan di rumah. Hal ini menunjukkan

bahwa permasalahan kepatuhan tidak hanya terletak pada aspek teknis, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor perilaku, psikologis, dan sosial pasien yang lebih kompleks (Romdlon Fauzi, 2022).

Pentingnya kepatuhan terhadap *Home Exercise Program* tidak hanya berkaitan dengan keberhasilan terapi individu, tetapi juga memiliki dampak yang lebih luas terhadap sistem pelayanan kesehatan. Ketidakpatuhan dapat membantu perpanjangan waktu rehabilitasi, peningkatan biaya perawatan, serta menurunnya kualitas hidup pasien (Phil Page, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang penulis lakukan pada hari Rabu, 8 April 2026 di Klinik Ada Fisioterapi. Di peroleh data dari sistim Elektronik Medical Report Klinik Ada Fisioterapi selama periode Januari 2025 – Desember 2025 sebanyak 3587 pasien. Kasus stroke termasuk 10 kasus tertinggi, sebanyak 1202 pasien atau 34 % dari total pasien. Dari hasil wawancara 10 pasien yang menjalani terapi, hanya 4 pasien yang melakukan latihan secara rutin, sedangkan 6 pasien lainnya belum melaksanakannya secara teratur. Kondisi ini menunjukkan adanya kesenjangan antara program latihan yang diberikan dengan pelaksanaannya di rumah. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti kurangnya motivasi, lupa, tidak adanya pendampingan keluarga, serta kurangnya pemahaman mengenai cara melakukan latihan dengan benar.

Kepatuhan pasien dalam menjalankan *Home Exercise Program* merupakan faktor kunci dalam keberhasilan rehabilitasi fisioterapi, namun hingga saat ini masih menjadi permasalahan yang kompleks dan multifaktorial. Oleh karena itu, diperlukan upaya yang lebih sistematis untuk mengidentifikasi

strategi yang efektif dalam mendukung kepatuhan pasien, baik melalui pendekatan edukasi, komunikasi, maupun perubahan perilaku.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: bagaimana menganalisis strategi fisioterapis dalam mendukung kepatuhan pasien terhadap pelaksanaan *Home Exercise Program* di Klinik Ada Fisioterapi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis strategi fisioterapis dalam mendukung kepatuhan pasien terhadap pelaksanaan *Home Exercise Program* di Klinik Ada Fisioterapi.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk menganalisis bentuk strategi yang digunakan fisioterapis dalam pemberian *Home Exercise Program*.
- b. Untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi kepatuhan pasien.
- c. Untuk menganalisis peran edukasi dan komunikasi fisioterapis dalam mendukung kepatuhan pasien.
- d. Untuk mengidentifikasi hambatan dalam mendukung kepatuhan pasien

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Tenaga Fisioterapi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi fisioterapis dalam mengembangkan strategi yang lebih efektif untuk mendukung kepatuhan pasien terhadap pelaksanaan *Home Exercise Program*.

1.4.2 Bagi Masyarakat (Pasien dan Keluarga)

Penelitian ini diharapkan dapat mendukung pemahaman pasien dan keluarga tentang pentingnya kepatuhan dalam menjalankan *Home Exercise Program* sehingga dapat menunjang proses pemulihan secara optimal.

1.4.3 Bagi Ada Fisioterapi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi dan pertimbangan bagi klinik dalam mendukung kualitas pelayanan fisioterapi, khususnya dalam penyusunan strategi yang efektif untuk mendukung kepatuhan pasien terhadap pelaksanaan *Home Exercise Program*. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat membantu klinik dalam mengoptimalkan hasil terapi serta mendukung kepuasan dan keberhasilan rehabilitasi pasien.

1.4.4 Bagi Institusi Pendidikan Fisioterapi (Universitas Awal Bros)

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan tambahan wawasan dalam pengembangan ilmu fisioterapi, khususnya terkait strategi peningkatan kepatuhan pasien.

1.4.5 Bagi Ada Fisioterapi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar atau referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian terkait kepatuhan pasien dan *Home Exercise Program* dengan pendekatan yang lebih luas.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup dalam penelitian ini dibatasi pada analisis strategi fisioterapis dalam mendukung kepatuhan pasien terhadap pelaksanaan *Home Exercise Program*. Variabel yang diteliti meliputi strategi fisioterapis dan kepatuhan pasien dalam menjalankan latihan di rumah. Subjek atau informan dalam penelitian ini adalah fisioterapis dan pasien yang menjalani *program* fisioterapi di Klinik Ada Fisioterapi. Penelitian ini dilaksanakan di Klinik Ada Fisioterapi dengan waktu penelitian menyesuaikan periode pelaksanaan penelitian.

1.6 Penelitian Terkait

Tabel 1. 1 Penelitian Terkait

No	Peneliti (Tahun)	Judul / Fokus Utama	Desain / Subjek (secara umum)	Hasil Utama	Keterkaitan dengan Penelitian Anda
1	Komalasari & Perdana (2024)	Ketidakkonsistenan pasien dalam latihan di rumah dan dampaknya pada pemulihan	Penelitian tentang pasien fisioterapi yang menjalankan latihan rumah (HEP)	Ketidakkonsistenan latihan di rumah memperlambat proses pemulihan, sehingga kontinuitas latihan menjadi faktor penting.	Menguatkan pentingnya kontinuitas <i>Home Exercise Program</i> sebagai komponen utama keberhasilan rehabilitasi fisioterapi.
2	Ismaningsih (2022)	Terapi latihan untuk mendukung fungsi motorik pada kasus neurologis (stroke)	Pasien kasus neurologis (terutama stroke) yang mendapatkan terapi latihan	Terapi latihan merupakan komponen utama peningkatan fungsi motorik; keberhasilan sangat dipengaruhi keterlibatan aktif dan latihan berkelanjutan termasuk di rumah.	Mendukung bahwa keberhasilan terapi sangat bergantung pada keterlibatan aktif pasien dan keberlanjutan latihan di luar sesi.
3	Kurniawan (2022)	Pelaksanaan <i>Home Exercise Program</i> (HEP) dan fungsi fisik pasien	Pasien yang menjalankan HEP rutin vs tidak rutin	Pelaksanaan HEP secara rutin mendukung fungsi fisik secara signifikan; pasien yang konsisten menunjukkan hasil lebih baik.	Menegaskan bahwa kepatuhan dan konsistensi HEP berhubungan langsung dengan peningkatan fungsi fisik pasien.
4	Peek K (2022)	Faktor lingkungan yang mempengaruhi kepatuhan HEP	Kajian faktor lingkungan fisik dan sosial terhadap pelaksanaan HEP	Kenyamanan, keterbatasan waktu, dan kurangnya akses informasi kesehatan menjadi hambatan kepatuhan dalam menjalankan HEP.	Menjelaskan faktor penghambat kepatuhan latihan di rumah, relevan bila penelitian Anda menyertakan faktor lingkungan.
5	Kasma (2021)	Kepatuhan latihan dan kekuatan otot, fungsi gerak, kualitas hidup	Pasien dengan program latihan fisioterapi	Pasien yang patuh menunjukkan peningkatan kekuatan otot, fungsi gerak, dan kualitas hidup lebih baik.	Menguatkan hubungan positif antara kepatuhan latihan dan outcome fungsi fisik serta kualitas hidup.