

Pengembangan Model Manipulasi TOPURAK (TOtok-PUkul-geRAK) untuk Reposisi Sendi Lutut.

Oleh: Dr.dr.BM.wara Kushartanti, MS

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model manipulasi "Topurak" (Totok, Pukul, Gerak) untuk reposisi sendi lutut. Pada tahun 2016 telah dikembangkan model manipulasi Topurak untuk anggota badan bagian atas, dan hasil paling efektif terjadi pada reposisi bahu dan leher, dengan nilai efektivitas berturut-turut 96,7% dan 82,3%. Durasi manipulasi untuk masing-masing sendi lebih kurang 4 menit (rata-rata 3'49"). Pada tahun 2017 dikembangkan model manipulasi Topurak untuk reposisi sendi lutut, karena cedera pada sendi tersebut banyak terjadi di masyarakat. Metode Penelitian dan Pengembangan digunakan dalam penelitian ini dengan tahapan awal: Pengembangan Draft Model Manipulasi Topurak yang dihasilkan dari kaji pustaka, terutama tentang manipulasi totok (penekanan pada trigger point), tapotement, dan gerak reposisi sendi, yang diintegrasikan dengan hasil kaji lapangan. Draft model yang telah dikembangkan terdiri atas 12 titik stimulasi pada tungkai dengan posisi terlentang, dan 6 titik pada posisi telungkup, yang dilanjutkan dengan pemukulan menggunakan tangan yang menggenggam pada seluruh permukaan tungkai dan dilanjutkan dengan 15 gerakan. Draft model tersebut kemudian divalidasi oleh ahli manipulative therapy dan exercise therapy melalui Focus Group Discussion (FGD). Masukan dari para ahli menjadi bahan revisi, yang selanjutnya akan diuji coba pada kelompok kecil (8 orang) untuk melihat kelayakan Model. Kelayakan akan dilihat dari kemudahan, durasi, keamanan, kenyamanan, dan keefektifan dalam menyembuhkan baik secara subyektif maupun obyektif. Setelah mengalami revisi dengan mempertimbangkan hasil ujicoba kelompok kecil, akhirnya Draft model hanya terdiri atas 7 gerakan yang paling berperan untuk reposisi terutama untuk ligamen dan tendo di lutut, sedangkan untuk totok dan pukul dinilai sudah tepat sasaran sehingga tidak ada perubahan. Selanjutnya dilakukan Uji coba kelompok besar (20 orang), yang sekaligus untuk mengetahui efektivitas model dalam menyembuhkan cedera lutut. Data *Range of Motion* (ROM) sendi lutut, tingkat skala nyeri dan skala fungsi diambil sebelum dan sesudah manipulasi, untuk menentukan tingkat efektivitas manipulasi. Uji beda dari rata-rata pre test dan post test serta signifikansinya digunakan untuk menunjukkan tingkat efektivitas perlakuan yang berupa manipulasi Topurak. Hasil uji beda pada kelompok besar menunjukkan bahwa kemampuan fleksi meningkat sebesar 57,1 derajat, ekstensi meningkat sebesar 39,1 derajat. Skala nyeri turun sebesar 6,15 point, dan kemampuan berjalan meningkat sebesar 4 point. Kemampuan duduk kemudian berdiri meningkat sebesar 4 point, dan kemampuan naik tangga meningkat sebesar 4,35 point. Semua peningkatan maupun penurunan signifikan ($p=0,000$), sehingga ditetapkan produk akhir berupa Model manipulasi Topurak untuk reposisi sendi lutut yang terdiri atas 18 titik stimulasi, tapotement di seluruh permukaan tungkai bawah, dan 7 gerakan, dengan durasi 8 menit.

Kata Kunci: *Terapi Manipulasi, Reposisi Lutut*