



Strategi Global Fisioterapi

Oleh Hilmi Zadah Faidullah



SM/dok

WORLD Health Organization (WHO) mendefinisikan aktivitas fisik sebagai gerakan tubuh yang dihasilkan otot rangka yang membutuhkan pengeluaran energi. Hal itu termasuk kegiatan saat bekerja, bermain, melakukan pekerjaan rumah tangga, bepergian dan kegiatan rekreasi.

Aktivitas fisik tak harus menjadi istilah yang membingungkan dengan latihan, karena latihan adalah subkategori dari aktivitas fisik

yang harus direncanakan, terstruktur, berulang-ulang dan bertujuan meningkatkan atau mempertahankan satu atau lebih komponen kebugaran fisik.

Penurunan aktivitas fisik yang makin meningkat dewasa ini diidentifikasi sebagai faktor risiko utama keempat penyebab terjadinya kematian pada tingkat global dengan prevalensi (6%), disusul tekanan darah tinggi (13%), penggunaan tembakau (9%), glukosa darah yang tinggi (6%) serta obesitas (5%).

Tingkat penurunan aktivitas fisik yang terus meningkat di banyak negara berimplikasi besar bagi peningkatan angka prevalensi penyakit tidak menular atau *non-communicable diseases* (NCDs), dan kesehatan secara umum pada penduduk dunia.

Fokus dari *Global Recommendations on Physical Activity for Health* adalah pencegahan primer terhadap NCDs melalui peningkatan aktivitas fisik pada tingkat populasi. Target utama untuk rekomendasi ini adalah para pengambil keputusan dan perumus kebijakan di tingkat nasional.

Beban Negara

Hampir 45% beban penyakit di negara-negara dewasa ini karena NCDs. Banyak negara berpenghasilan rendah dan menengah mulai menderita beban ganda, yaitu penyakit menular dan penyakit tidak menular. Sistem kesehatan di negara-negara tersebut menghadapi peningkatan pembiayaan sebagai konsekuensi peningkatan beban ganda.

Beberapa hasil penelitian terakhir menunjukkan partisipasi dalam aktivitas fisik secara teratur mengurangi risiko penyakit jantung koroner, stroke, diabetes, hipertensi, kanker usus besar, kanker payudara dan depresi. Selain itu, aktivitas fisik penentu utama pengeluaran energi. Ini menjadi dasar untuk mencapai keseimbangan energi dan pengendalian berat badan dengan mengatur penggunaan energi.

Praktik fisioterapi memainkan peran penting dalam penyediaan layanan perawatan primer di sistem kesehatan seluruh dunia, di negara maju maupun berkembang. Fisioterapi terlibat aktif dalam pengelolaan berbagai program peningkatan kualitas kesehatan dan persoalan kesejahteraan masyarakat.

Praktik fisioterapi masa depan akan dibentuk oleh munculnya tantangan dan peluang dari perubahan yang terjadi di lingkungan kesehatan. Keragaman dan inovasi praktik fisioterapi akan terus bergerak naik dan terlihat pada 2025. Praktik fisioterapi masa depan akan berfokus pada penerapan strategi global fisioterapi dalam mendorong perubahan gaya hidup masyarakat dengan inovasi beragam.

Reformasi kesehatan, perubahan kebutuhan kesehatan masyarakat dan meningkatnya harapan konsumen mendorong fisioterapi menciptakan peluang-peluang baru sebagai layanan diversifikasi. Cara baru memberikan layanan fisioterapi akan menjadi model baru dalam proses perawatan kesehatan. (21)

- Hilmi Zadah Faidullah, dosen pada Laboratorium Biomekanika dan Ergonomi Departemen Fisioterapi Universitas Aisyiyah Yogyakarta

