

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Low back pain (LBP) merupakan gangguan muskuloskeletal yang paling sering dijumpai pada setiap pekerjaan. Pekerjaan yang berlebihan dapat mengakibatkan nyeri yang disebut penyakit artifisial (Sari, 2016).

LBP adalah rasa yang tidak nyaman pada area punggung bawah yakni L1-L5 dan S1-S5. LBP bukan diagnosis suatu penyakit tetapi gejala awal nyeri dirasakan di punggung bawah, dengan nyeri menjalar sampai ketungkai atau tidak menjalar (Syuhada, Suwondo, & Setyaningsih, 2018).

Prevalensi LBP di dunia sekitar 60-80% setiap orang pernah mengalami LBP dalam hidupnya (Wáng, Wáng, Káplár, 2016). Menurut Barua & Sultana, 2015 yang dikutip oleh Sari, 2016 bahwa LBP non-spesifik merupakan kasus yang paling banyak dijumpai dengan prevalensi 97% dari keseluruhan kasus, dan 90% keluhan hilang setelah pengobatan dalam waktu 2 minggu - 3 bulan. Di Indonesia, Prevalensi di Rumah Sakit TNI Al Marinir Cilandak, prevalensi selama bulan April dan Mei 2019 penderita LBP berjumlah 39,5% dari seluruh jumlah pengujung.

Berdasarkan penyebab LBP terdapat dua, antaranya LBP non-specific dan specific. LBP non-specific atau LBP tidak menjalar adalah LBP yang tidak ditemukan tanda dan gejala neurologik (Sari, 2016). LBP non-spesifik diakibatkan proses mekanik sehingga terjadi strain atau sprain (Army Pambudi Suryo, Sasmoyohati 2017).

LBP non-specific merupakan gangguan aktivitas sehari-hari yang dapat menimbulkan disabilitas dan menurunkan produktifitas, sehingga di perlukan penanganan fisioterapi untuk mencegah hal tersebut (Ni Wayan Mira Resdiani, Ni Luh Nopi Andayani 2016).

Penatalaksanaan konservatif LBP ada dua cara yaitu farmakologis dan non farmakologis. Penanganan non farmakologi salah satunya dengan cara terapi dalam tindakan yang dilakukan fisioterapi. Fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu dan /atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang rentang kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik, elektroterapeutis dan mekanis) pelatihan fungsi, dan komunikasi(Permenkes RI nomor 65 tahun 2015 2015).Peran fisioterapi dalam kasus LBP adalah penanganan nyeri yang berakibat munculnya gangguan gerak dan fungsi yang berpengaruh pada penurunan aktivitas fungsional penderita.

Modalitas atau intervensi yang dapat diberikan fisioterapi dalam kasus LBP non-spesifik berupa *Massage Therapy* dan *Abdominal Hypopressive Gymnastics* memiliki nilai yang signifikan dalam meningkatkan aktifitas fungsional, menurunkan nyeri, dan fleksibilitas lumbal diterapi selama 8 kali terapi (L. Bellido-Fernández, et al, 2018)

Massage Therapy adalah metode keseimbangan dan relaksasi tubuh secara global dengan manfaat meningkatkan sistem peredaran darah, otot dan saraf untuk mengurangi rasa sakit dan meningkatkan kemampuan individu yang mengalami patologi(L. Bellido-Fernández, et al, 2018)

Selain *Massage Therapy*, diberikan juga pelatihan otot yang berupa *abdominal hypopressive gymnastics*. Tehnik ini merupakan teknik latihan postur yang memungkinkan adanya penurunan tekanan bagian perut, perineum, dan rongga dada. Serta memberikan stabilitas trunk, otot-otot dasar panggul, dan membantu memperbaiki keluhan LBP (L. Bellido-Fernández, et al, 2018).

Berlandaskan belakang yang sudah dipaparkan maka penulis terkesan untuk melakukan studi kasus pada LBP non-spesifik dengan intervensi *Massage Therapy* dan *Abdominal Hypopressive Gymnastics* untuk meningkatkan aktifitas fungsional yang diukur dengan *Oswestry Disability Index*.

I.2 Identifikasi Masalah

Berlandaskan latar belakang yang telah di uraikan, dapat dibuat identifikasi permasalahan sebagai berikut:

- a. Terdapat kelainan muskulokeletal cukup banyak pada kasus *Low Back Pain* akibat faktor mekanik.
- b. Terdapat penurunan aktivitas fungsional pada penderita *low back pain non specific* sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari.
- c. Penanganan *low back pain non specific* dengan *Massage Therapy* dan *Abdominal Hypopressive Gymnastics* dapat meningkatkan aktivitas fungsional.

I.3 Rumusan Masalah

Berlandaskan penjelasan latar belakang dan identifikasi masalah di atas maka rumusan masalahnya adalah bagaimana keadaan peningkatan aktivitas fungsional pada penderita *Low Back Pain Non Specific* setelah pemberian *Massage therapy* dan *Abdominal Hypopressive Gymnastics* selama 8 kali terapi ?

I.4 Tujuan

Dari rumusan masalah yang telah ada, maka tujuan penulisan dari karya tulis ilmiah adalah untuk mengkaji peningkatan aktivitas fungsional pada pasien *Low Back Pain Non Specific* setelah pemberian *Massage Therapy* dan *Abdominal Hypopressive Gymnastics* selama 8 kali terapi.

I.5 Manfaat Penulisan

a. Bagi Pasien

Pasien dapat memperoleh intervensi atau treatment yang tepat untuk LBP non-specific.

b. Bagi Pendidikan

Berguna bagi institusi kesehatan dalam upaya mengembangkan ilmu pengetahuan dan serta menambah pengetahuan tentang penanganan kasus LBP Non Specific dengan *Massage Therapy* dan *Abdominal Hypopressive Gymnastics*.

c. Bagi Fisioterapi

Berguna untuk meningkatkan pengetahuan tentang LBP Non-Specific, meningkatkan kemampuan untuk menganalisa, mengidentifikasi masalah, mengambil kesimpulan, memiliki kompetensi dalam penatalaksanaan fisioterapi, serata dapat menentukan intervensi yang tepat untuk kasus LBP Non Specific.

