

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Nyeri pada daerah punggung bawah bagi masyarakat modern adalah suatu gejala yang paling sering ditemui. Dari gejala tersebut banyaklah penyebabnya, baik itu karena postur tubuh yang tidak baik ataupun karena adanya gangguan pada daerah punggung bawah. Rasa nyeri ini dirasakan oleh seluruh masyarakat baik itu kalangan masyarakat laki-laki ataupun perempuan dan usia remaja, dewasa hingga tua. Untuk kalangan masyarakat modern saat ini sangatlah susah menemukan orang yang tidak pernah merasakan minimal satu kali dalam hidupnya.

Anggota tubuh manusia yang sering mengalami masalah yaitu pada daerah punggung bawah dan dapat mengakibatkan terhambatnya aktivitas sehari-hari. Menurut *World Health Organization*, *rheumatic diseases* dapat mencakup 150 kondisi dan sindrom yang berbeda-beda dengan klasifikasi nyeri dan pembengkakan. Untuk kasus nyeri punggung, 80% dari populasi manusia di dunia pernah merasakan nyeri suatu waktu dalam kehidupannya (WHO, 2016). Diagnosa yang paling sering untuk orang yang mengalami nyeri pada punggung bawah yaitu *Low Back Pain*.

Low Back Pain (LBP) adalah masalah yang sangat umum yang dialami kebanyakan orang di beberapa titik dalam kehidupan mereka. Ini adalah penyebab utama pembatasan aktivitas dan ketiadaan pekerjaan di sebagian besar dunia dan ini menyebabkan beban ekonomi yang sangat besar pada individu, keluarga, masyarakat, industri dan pemerintah. (Asthana, dkk, 2013).

Analisis yang telah dilakukan oleh *World Health Organization* (2003), menunjukkan bahwa sekitar 37% *Low Back Pain* disebabkan oleh faktor risiko kerja. Di seluruh wilayah, ini bervariasi relatif sedikit, dari antara 12% dan 38% untuk wanita dan antara 31% dan 45% untuk pria. Meski bukan penyebab kematian, nyeri punggung bawah cukup banyak morbiditas, menghasilkan sekitar 0,8 juta *Disability Adjusted Life Years* (0,1%) di seluruh dunia. Ini adalah

penyebab utama absennya pekerjaan, dan karena itu menyebabkan tingginya kerugian ekonomi (World Health Organization, 2003).

Dan menurut Perioperatif dkk (2015), Nyeri punggung bawah banyak dikeluhkan oleh tenaga kesehatan dengan besar prevalensi selama satu tahun di negara barat 36,2–57,9%, sedangkan di negara Asia adalah 36,8–69,7%. (Perioperatif *et al.*, 2015). Di Indonesia diperkirakan angka prevalensi 7,6% sampai 37%. Masalah nyeri punggung pada pekerja pada umumnya dimulai pada usia dewasa muda dengan puncak prevalensi pada kelompok usia 25-60 (Koesyanto, 2013).

Keluhan nyeri punggung bawah bermula dari keluhan muskuloskeletal yang dibiarkan berlanjut dan mengakibatkan kelainan yang menetap pada otot dan juga kerangka tubuh. Mekanisme terjadinya nyeri punggung bawah telah lama dipelajari, namun penyebab pasti masih menjadi misteri (Perioperatif *et al.*, 2015). *Low Back Pain* sering mengakibatkan *Disability* yang mempengaruhi kehidupan sehari-hari, yang menyebabkan tidak hanya penurunan kualitas hidup tetapi juga kebutuhan medis yang lebih besar, sehingga menciptakan beban sosial ekonomi yang serius. Namun dengan pemahaman yang baik tentang faktor risiko potensial untuk *Disability* karena *Low Back Pain* sangat penting untuk mengurangi tingkat *Disability*, meningkatkan kualitas hidup dan mengurangi beban sosial ekonomi (Tsuboi *et al.*, 2017).

Low Back Pain terbagi kedalam beberapa klasifikasi yaitu akut *Low Back Pain* dan kronik *Low Back Pain*. Menurut Koes *et al* (2010) yang dikutip oleh Gardner *et al* (2017), *Chronic Low Back Pain* adalah kelainan yang kompleks, dengan beberapa faktor fisik, psikologis dan sosial berkontribusi terhadap pemulihan yang buruk dan gangguan yang berkepanjangan.

Menurut *World Health Organization* (2010) yang dikutip oleh Baena-Baeto dkk (2014), *Low Back Pain* menyebabkan *Disability* pada fungsi gerak tubuh terutama pada punggung bawah. *Disability* adalah konsep kompleks yang mencakup kerusakan, keterbatasan aktivitas, dan batasan partisipasi, yang mencerminkan interaksi antara fitur tubuh dan fitur tubuh masyarakat tempat dia tinggal (Baena-Beato *et al.*, 2014).

Menurut Woby *et al* (2004) yang dikutip oleh Aladro-Gonzalvo *et al* (2013), Nyeri dan rasa takut sering mengakibatkan keterbatasan aktivitas, misalnya, berjalan, berjongkok, mengangkat, duduk lama, mencapai dan memutar, pembatasan partisipasi misalnya, pekerjaan, rekreasi, keluarga dan masyarakat dan gangguan pada fungsional (Gonzalvo *et al.*, 2013). Sehingga penulis menarik kesimpulan bahwa *Chronic Low Back Pain* disebabkan oleh kelainan kompleks dengan beberapa faktor fisik, psikologi hingga sosial yang dapat menyebabkan *Disability* dan *Function limitation* pada penderitanya.

Menurut Yasukawa *et al* (2006) yang dikutip oleh Öhman (2015), *Kinesiology taping* adalah pengobatan komplementer dan dirancang untuk memudahkan proses penyembuhan tubuh, sekaligus memungkinkan dukungan dan stabilitas otot dan sendi tanpa membatasi rentang gerak tubuh. Dapat disimpulkan bahwa, *Kinesiology taping* memberikan efek sensorik yang langsung mengenai kemampuan fungsional. *Kinesiology taping* memiliki manfaat untuk meningkatkan sirkulasi aliran darah, mereleaksasikan otot yang spasme, meningkatkan tonus otot, dan limfatik drainase yang bermanfaat untuk mengurangi rasa sakit pada daerah yang diberi *kinesiology taping* (Öhman, 2015).

Menurut Costa *et al* (2009) yang dikutip oleh Kliziene *et al* (2015), *Core stability exercise* adalah salah satu *exercise* yang dapat digunakan untuk mengurangi *Disability* dan meningkatkan fungsional pada kasus *Chronic Low Back Pain*. Alasan biologis untuk pemberian *core stability exercise*, pada dasarnya berasal dari sebuah gagasan bahwa stabilitas dan postural control dapat diubah pada orang yang mengalami *Chronic Low Back Pain* (Kliziene *et al.*, 2015).

Tenaga kesehatan yang bertugas untuk memberikan treatment dan melakukan pemasangan *kinesiology taping* pada pasien adalah fisioterapi. Sesuai dengan yang telah dijelaskan pada Permenkes Nomor 65 Tahun 2015 tentang pelayanan 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 secara manual, peningkatan gerak, peralatan (fisik, elektroterapeutis, dan meknis) pelatihan fungsi, dan komunikasi".

Mengacu pada latar belakang yang telah dijelaskan di atas, penulis ingin melakukan studi kasus pada pasien *Low Back Pain* kronik dan menggunakan *core stability exercise* dan *kinesiology taping* sebagai metode dalam penatalaksanaan studi kasus ini.

I.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas terdapat beberapa identifikasi masalah di antara lain yaitu :

- a. *Low Back Pain* dirasakan oleh seluruh masyarakat baik itu kalangan masyarakat laki-laki ataupun perempuan dan usia remaja, dewasa hingga tua.
- b. *Low Back Pain* dapat mengakibatkan terhambatnya aktivitas sehari-hari.
- c. *Low Back Pain* disebabkan oleh kelainan kompleks dengan beberapa faktor fisik, psikologi hingga sosial yang dapat menyebabkan *Disability* dan *Function limitation* pada penderitanya.

I.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dijabarkan, maka masalah yang timbul adalah “Bagaimana hasil pemberian intervensi *Core Stability Exercise* dan *Kinesiology Taping* dalam penurunan *Disability* pada kasus *Chronic Low Back Pain*?”.

I.4 Tujuan Penulisan

Untuk mengkaji hasil pemberian intervensi *Core Stability Exercise* dan *kinesiology taping* dapat memberikan pengaruh untuk mengurangi *Disability* fungsional pada penderita *Chronic Low Back Pain*.

I.5 Manfaat Penulisan

I.5.1 Manfaat bagi penulis

Menambah ilmu di dalam bidang kesehatan khususnya pada bagian Fisioterapi mengenai bidang Fisioterapi Muskuloskeletal khususnya pada kasus *Chronic Low Back Pain* dan memberikan referensi *Core Stability Exercise* dan

kinesiology taping terhadap *Chronic Low Back Pain* untuk meningkatkan fungsional.

I.5.2 Manfaat bagi institusi

Dapat digunakan sebagai bahan bacaan di perpustakaan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta dan dapat dijadikan pengembangan ilmu terbaru tentang manfaat *Core Stability Exercise* dan *kinesiology taping* pada kasus *Chronic Low Back Pain*.

I.5.3 Manfaat bagi masyarakat

Mendapatkan informasi mengenai tentang *Chronic Low Back Pain* dan dapat mendapatkan informasi efek dari penggunaan *Core Stability Exercise* dan *kinesiology taping* pada kasus *Chronic Low Back Pain*.

