

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Banyak orang yang mengira bahwa *Low Back Pain* adalah masalah yang tidak terlalu berdampak pada kesehatan, tetapi nyatanya *Low Back Pain* menjadi salah satu keluhan tersering yang ditemui dimasyarakat. Masyarakat kerap merasakan nyeri, spasme, penurunan fleksibilitas, penurunan *muscle strength*, bahkan mengakibatkan *disability* untuk melakukan kegiatan sehari-hari.

*Low Back Pain* adalah nyeri atau ketidaknyamanan disekitar costal margin dan gluteal inferior fold, dengan atau tanpa nyeri pada tungkai. Berdasarkan lama perjalanan penyakitnya, *low back pain* diklasifikasikan menjadi tiga yaitu *acute*, *subacute*, dan *chronic*. Untuk durasi antara 2-3 bulan didefinisikan sebagai nyeri punggung bawah *subacute*, sedangkan untuk durasi lebih dari 3 bulan adalah nyeri punggung bawah *chronic* (Winata, 2014).

*Low Back Pain* dapat menjadi tanda adanya gangguan pada sistem muskuloskeletal yang terkait seperti masalah pada tulang dan sendi baik vertebra maupun pelvis kompleks, diskus, faset, otot, ligamen maupun karena gangguan lainnya pada sistem saraf, vaskuler, viseral dan psikogenik (Tanderi, Esya Adetia; K, Tanti Ajoie; Meita, 2017).

Diperkirakan setidaknya 70% manusia menderita sakit punggung, baik kronis maupun sporadis. Di Negara Inggris dan melaporkan 17,3 juta orang Inggris pernah mengalami nyeri punggung pada suatu waktu dan dari jumlah tersebut 1,1 juta mengalami *disability* akibat nyeri punggung. 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).

Banyak penelitian yang menyatakan bahwa usia muda kerap telah mengalami nyeri punggung bawah dengan usia antara 20-40 tahun, hal tersebut berhubungan dengan lamanya bekerja seseorang. Semakin lama, semakin tinggi tingkat resiko untuk menderita *low back pain*. Pekerja yang memiliki masa kerja >

5 tahun memiliki tingkat resiko 7,3 kali lebih besar menderita *low back pain* dibanding dengan yang memiliki masa kerja < 5 tahun (Ningsih et al., 2016).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan *Community Oriented Program for Control of Rheumatic Disease* (COPORD) bahwa di Indonesia angka kejadian *low back pain* menunjukkan 13,6% pada wanita dan 18,2 % pada pria. *National Safety Council* melaporkan penyakit akibat kerja yang frekuensi kejadian paling tinggi adalah *low back pain*, yaitu 22% dari 1.700.000 kasus (Ningsih et al., 2016).

*Disability* adalah suatu keterbatasan atau kehilangan kemampuan yang diakibatkan dari suatu impairment untuk melakukan suatu kegiatan. (Tarsidi, 2009). *Low Back Pain* merupakan suatu kondisi kesehatan yang umum menyebabkan *disability* di seluruh dunia (Kodir, Emilia; Angliadi, L. S; Julius H., 2018)

Berdasarkan penelitian di University of São Paulo School of Nursing tahun 2010 pada 177 orang dewasa penderita *Chronic Low back pain*, *disability* pada pasien CLBP didunrviasi antara 11% dan 76% sedangkan prevalensi *disability* dalam penelitian ini adalah 65,0%, lebih tinggi dari penelitian lain yang menganalisis orang dewasa dan orang tua dengan prevalensi CLBP antara 40% dan 56%. Dalam penelitian ini 80,7% peserta mengalami *disability* dengan tingkat sedang (moderate) sampai parah (severe), lebih tinggi bila dibandingkan dengan studi yang mengevaluasi *disability* pada pekerja dengan gangguan muskuloskeletal dan menemukan 49% pekerja mengalami hal serupa (Salvetti, Pimenta, Braga, & Corrêa, 2012).

Menurut penelitian *Low Back Pain* pada petani di wilayah kerja UPT Kesmas Payangan Gianyar Indonesia prevalensi penderita penyakit muskuloskeletal tertinggi menurut pekerjaan adalah petani (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2013). Dengan sampel berjumlah 70 orang tingkat *disability* fungsional pada petani dengan keluhan LBP, diperoleh sebanyak 91,7% (44 orang) petani mengalami *minimal disability* dan sebanyak 8,3% (4 orang) petani mengalami *moderate disability* (Kaur, 2015).

Kinesio Taping (KT) adalah teknik rehabilitatif yang relatif baru yang digunakan untuk memfasilitasi proses penyembuhan alami tubuh yang

memberikan dukungan dan stabilitas, tanpa memberikan batasan dalam rentang geraknya. Teknik Taping yang dikembangkan oleh chiropractor Jepang, Dr. Kenso Kase, pada tahun 1970-an berteori bahwa ia memiliki beberapa fungsi seperti (1) memulihkan fungsi otot yang benar dengan mendukung otot yang melemah, (2) mengurangi kerusakan dengan memperbaiki aliran darah dan cairan limfatik, (3) mengurangi nyeri dengan merangsang sistem saraf dan (4) memperbaiki gerak sendi dengan mengurangi spasme otot (Sarkar et al., 2018).

*Core Stability Exercise* adalah latihan yang menggunakan kemampuan dari abdomen *muscles*, trunk, lumbal spine, pelvic dan hip, dimana otot tersebut saling bekerjasama untuk melindungi vertebra tetap kuat dan stabil sehingga gerak menjadi lebih efektif dan efisien. (Perdana, 2014). Banyak penelitian yang telah menunjukkan bahwa latihan *core stability* merupakan komponen penting dari manajemen Chronic LBP (Sarkar et al., 2018).

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan di atas, penulis ingin melakukan studi kasus tentang “Intervensi *Kinesio Taping* dan *Core Stability Exercise* untuk Menurunkan *Disability* pada Penderita *Chronic Low Back Pain*”

## **I.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka terdapat beberapa identifikasi masalah diantara:

- a. *Low back pain* (LBP) adalah gangguan umum muskuloskeletal yang umumnya dimulai pada usia dewasa muda dengan puncak prevalensi hingga 70%.
- b. Problematik fisioterapi pada pasien *low back pain* yaitu nyeri, keterbatasan lingkup gerak sendi, kelemahan otot *back extensor muscle*, *disability*.
- c. *Disability* pada *low back pain* mengakibatkan penurunan aktivitas fungsional.
- d. Intervensi yang diberikan pada penderita *Low Back Pain* adalah *Kinesio Taping* dan *Core Stability Exercise* untuk Menurunkan *Disability* pada penderita *Chronic Low Back Pain*.

### **I.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang dan identifikasi masalah yang ada diatas maka dapat dirumuskan makalah mengenai “ Bagaimana hasil Intervensi *Kinesio Taping* dan *Core Stability Exercise* untuk menurunkan *Disability* pada penderita *Chronic Low Back Pain?*”

### **I.4 Tujuan**

Untuk mengkaji efek Intervensi *Kinesio Taping* dan *Core Stability Exercise* dalam penurunan *Disability* pada penderita *Chronic Low Back Pain*.

### **I.5 Manfaat Penulisan**

#### **I.5.1 Bagi Penulis**

Berguna dalam meningkatkan pengetahuan, analisa, identifikasi masalah, *clinical reasoning*, perencanaan program intervensi, penegakan diagnosa, pengambilan kesimpulan dan menambah pengalaman penulis pada pengaruh *Kinesio Taping* dan *Core Stability Exercise* untuk menurunkan *Disability* pada penderita *Chronic LBP*.

#### **I.5.2 Bagi Institusi**

Berguna dalam Institusi Kesehatan terhadap penanganan kasus *Disability* pada penderita *Chronic Low Back pain* dengan Intervensi *Kinesio Taping* dan *Core Stability Exercise*.

#### **I.5.3 Bagi Pasien**

Berguna dalam memberikan manajemen yang tepat terhadap penurunan *Disability* pada penderita *Chronic Low Back Pain*.