

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bekerja merupakan suatu pekerjaan yang dilakukan oleh setiap orang. Namun, dalam bekerja seseorang tetap saja akan memerlukan gerak dan posisi kerja yang ergonomi. Aktivitas kerja yang kurang baik dengan posisi tubuh dengan duduk yang terlalu lama akan menimbulkan otot menjadi *spasme* dan mampu mengganggu produktivitas kerja. Otot *spasme* terjadi karena kerja yang terus-menerus dan berlebihan dapat menyebabkan trauma, *vasokonstriksi* serta otot *hipertonus*, sehingga menghambat aliran darah dan suplai Oksigen yang masuk ke otak berkurang atau biasa disebut dengan *low back pain miogenik* (Zein, 2019). Berdasarkan data RISKESDES (Rofiqoh, 2019) prevalensi penyakit musculoskeletal di Indonesia berdasarkan diagnosis atau gejala yaitu 24,7% prevalensi *Low Back Pain Myogenic* bertambah sesuai dengan bertambahnya usia. Berdasarkan data kesehatan di Provinsi Pulau Jawa, menunjukkan bahwa tertinggi dengan rata-rata 58,33% di Provinsi Jawa Timur (Dewangga & Rahayu, 2018).

Low Back Pain Myogenic atau nyeri punggung bawah yang berhubungan dengan otot punggung, *ligament*, dan *tendon* biasanya terasa setelah melakukan aktivitas yang berlebihan dan berulang, seperti mengangkat beban dengan posisi badan yang salah, duduk yang terlalu lama dengan posisi yang tidak ergonomi menimbulkan nyeri punggung yang dapat mengganggu aktivitas kerja. Nyeri punggung bawah (LBP) adalah rasa nyeri yang dirasakan pada area punggung bawah dengan gejala utama rasa nyeri atau perasaan yang tidak enak pada area tulang punggung bawah dan sekitarnya (Dewangga & Rahayu, 2018). Masalah *low back pain* pada pekerja umumnya dimulai pada usia dewasa muda dengan puncak prevalensi pada kelompok usia 45-60 tahun. Sikap kerja yang sering dilakukan oleh manusia dalam melakukan pekerjaan antara lain berdiri, duduk, membungkuk, jongkok, berjalan dan dll (Rizki Indra Raya, Mahmud Yunus, 2019).

Neuromuscular Taping (NMT) adalah sistem rehabilitasi menggunakan pita perekat elastis ke kulit yang mempunyai tujuan untuk mengurangi nyeri. NMT menggunakan teknik dekompresi sehingga menimbulkan munculnya *wrinkle* pada area pemasangan NMT, sehingga menyebabkan terbukanya ruang antar kulit dan jaringan di bawahnya, setelah ruang terbuka maka akan menjadikan sirkulasi darah yang lancar dan meningkatkan limfatik sehingga nyeri berkurang (Arifin et al., 2019).

Metode *Mc Kenzie Exercise* adalah suatu bentuk latihan dengan gerakan *trunk* ke arah *ekstensi*, yang tujuannya sebagai penguatan dan peregangan otot-otot *extensor* dan *flexor* sendi *lumbosacralis* serta dapat mengurangi nyeri, disabilitas fungsi, serta mengembalikan ROM *lumbal* pada nyeri punggung bawah (Luh et al., 2019).

Penelitian ini menggunakan studi literatur berdasarkan hasil penelitian dari jurnal satu Dinar Kharisma Mentari dan Tyas Sari Ratna Ningrum (2019) dengan judul Perbedaan Pengaruh *William Flexion Exercise* dan *Mc Kenzie Exercise* Terhadap Peningkatan Aktivitas Fungsional pada *Low Back Pain Myogenik*, jurnal kedua Mahendra Wahyu Dewangga dan Umi Budi Rahayu (2018) dengan judul Pengaruh *Neuromuscular Taping* Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah, jurnal ketiga Djohan Aras, Rini Astuti Ridwan dan dkk (2018) dengan judul Pengaruh Pemberian *Mc Kenzie Exercise* Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Akibat *Low Back Pain Myogenik*, dan jurnal keempat Dani Rofiqoh dengan judul Perbedaan Pengaruh Penambahan *Kinesiotaping* pada *Core Stability Exercise* Terhadap Aktivitas Fungsional Nyeri Punggung Bawah *Myogenik*.

Berdasarkan hasil penelitian di atas, dan terkait dengan pola aktivitas yang terganggu pada kondisi *low back pain* maka penulis memilih judul “Studi Literatur Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kasus *Low Back Pain Myogenic* dengan Metode *Neuromuscular Taping* (NMT) dan *Mc Kenzie Exercise* Terhadap Penurunan Nyeri dan Peningkatan Kemampuan Fungsional” dengan alasan karena pemberian metode tersebut dapat

mengurangi nyeri punggung bawah dan meningkatkan kemampuan fungsional.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis merumuskan masalah yang akan dijadikan pokok pembahasan yaitu:

1. Apakah metode *Neuromuscular Taping* dapat mengurangi nyeri pada kasus *Low Back Pain Myogenic*?
2. Apakah metode *Neuromuscular Taping* dapat meningkatkan kemampuan fungsional pada kasus *Low Back Pain Myogenic*?
3. Apakah metode *Mc Kenzie Exercise* dapat mengurangi nyeri pada kasus *Low Back Pain Myogenic*?
4. Apakah metode *Mc Kenzie Exercise* dapat meningkatkan kemampuan fungsional pada kasus *Low Back Pain Myogenic*?

1.3 Tujuan Studi Kasus

1.3.1 Tujuan Umum

1. Untuk mengetahui pemberian *Neuromuscular Taping* dapat mengurangi nyeri pada kasus *Low Back Pain Myogenic*.
2. Untuk mengetahui pemberian *Neuromuscular Taping* dapat meningkatkan kemampuan fungsional pada kasus *Low Back Pain Myogenic*.
3. Untuk mengetahui pemberian *Mc Kenzie Exercise* dapat mengurangi nyeri pada kasus *Low Back Pain Myogenic*.
4. Untuk mengetahui pemberian *Mc Kenzie Exercise* dapat meningkatkan kemampuan fungsional pada kasus *Low Back Pain Myogenic*.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus untuk menjelaskan lebih lanjut tentang :

1. *Low Back Pain Myogenic* (LBP)
2. *Neuromuscular Taping* (NMT)
3. *Mc Kenzie Exercise*
4. Nyeri
5. Kemampuan Fungsional

6. Studi Literatur

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat teoritis

Secara teoritis diharapkan dapat bermanfaat yaitu :

Memberikan sumbangan pemikiran ilmiah dalam ilmu pendidikan serta sebagai referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat praktis

Secara praktis penulisan ini dapat bermanfaat sebagai berikut :

1. Bagi Pendidikan

Dapat memberikan sumber informasi untuk menangani pasien *Low Back Pain Myogenic* (LBP) dengan metode *Neuromuscular Taping* (NMT) dan *Mc Kenzie Exercise* sehingga dapat dijadikan bahan penelitian selanjutnya.

2. Bagi Penulis

Untuk menambah suatu pemahaman dan wawasan dalam intervensi fisioterapi pada kondisi *Low Back Pain Myogenic* (LBP) dengan metode *Neuromuscular Taping* (NMT) dan *Mc Kenzie Exercise*.

3. Bagi Masyarakat

Menambah pengetahuan mengenai peran fisioterapi pada kasus *Low Back Pain Myogenic* (LBP) sehingga dapat mencegah masalah gangguan atau keluhan lebih lanjut.