

**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA *LOW BACK PAIN*
MIOGENIK DI RST. Dr. SOEJONO MAGELANG**

Karya Tulis Ilmiah

Diajukan guna melengkapi tugas-tugas dan syarat-syarat untuk
Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III jurusan Fisioterapi



Oleh :

ABU THOLIB

J 100 070 038

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

2010

BAB I

PENDAHULUAN

Pembangunan Nasional adalah pembangunan yang meliputi segala aspek kehidupan termasuk salah satunya bidang kesehatan. Pembangunan di bidang kesehatan, pada hakekatnya adalah untuk meningkatkan derajat kesehatan manusia, membentuk sumber daya manusia yang optimal dalam bidang kesehatan sehingga dapat melaksanakan pembangunan yang didasarkan pada pembangunan berwawasan kesehatan sebagai Strategi Nasional menuju Indonesia Sehat 2010. Upaya pembangunan kesehatan yang dilakukan pemerintah lebih mengutamakan upaya preventif dan promotif tanpa meninggalkan upaya kuratif dan rehabilitatif (Dep Kes RI,1999)

Penyelenggaraan pembangunan kesehatan meliputi upaya kesehatan dan sumber daya, harus dilakukan secara terpadu dan berkesinambungan guna mencapai hasil yang optimal. Upaya kesehatan yang semula dititikberatkan pada upaya penyembuhan penderita secara berangsur-angsur berkembang kearah keterpaduan upaya kesehatan yang menyeluruh. Oleh karena itu, pembangunan kesehatan yang menyangkut upaya peningkatan kesehatan (promotif), pencegahan penyakit (preventif), penyembuhan penyakit (kuratif), dan pemulihan kesehatan (rehabilitatif) harus dilaksanakan secara menyeluruh, terpadu dan berkesinambungan dan dilaksanakan bersama antara pemerintah dan masyarakat (Depkes RI, 1992).

Fisioterapi sebagai salah satu pelayanan kesehatan dengan modalitas yang dimilikinya ikut mengambil peran serta aktif dan ikut bertanggung jawab terhadap kesehatan individu, kelompok, keluarga, dan masyarakat. Disini Fisioterapi sangat berperan dalam bidang kapasitas fisik dan kemampuan fungsional secara optimal yang mencakup aspek – aspek peningkatan (promoti), pencegahan (preventif), pengobatan (kuratif), dan pemulihan (rehabilitatif) (WCPT, 1999).

A. Latar Belakang Masalah

Nyeri punggung bawah (*Low Back Pain*) adalah suatu gangguan *neuro muskuloskeletal* berupa nyeri yang terbatas pada regio thoraco lumbal dan sakral, tapi gejalanya lebih merata dan tidak hanya terbatas pada satu Radiks saja, namun secara luas berasal dari degenerasi *discus intervertebralis lumbalis* (Sidharta, 1984).

Di Amerika Serikat *mechanical low back pain* merupakan keluhan pasien terbanyak disampaikan kepada dokter, kurang lebih 60-80% populasi dewasa terkena, sehingga *Low Back Pain* menduduki ranking 4 keluhan pasien terbanyak dipoliklinik rawat jalan. Ditinjau dari beban biaya yang dikeluarkan, *Low back pain* merupakan rangking 3 paling mahal setelah penyakit kanker dan penyakit jantung. Keluhan *Low Back Pain* ini paling sering menyebabkan kehilangan hari kerja (Agus Soedomo, 2002). Nyeri punggung bawah merupakan suatu permasalahan yang sering dijumpai dan mengenai kira – kira 60 – 80 % populasi dalam suatu masa selama hidupnya. Dari semua kasus, hanya 20-30% kasus yang ditemukan kelainan anatomisnya. Sementara itu, sisanya sebanyak 70-80% tidak diketahui penyebabnya (idiopatik) (Andre

Yanuar, 2002). Tetapi nyeri punggung bawah dapat disebabkan oleh strain otot-otot vertebra, HNP, spondylosis, spondylolisis, *Miogenik*, tumor vertebra, infeksi.

Pada karya tulis ilmiah ini penulis hanya membahas nyeri punggung bawah akibat *Miogenik*. *Miogenik* merupakan salah satu bentuk kelainan pada struktur tulang belakang umumnya terjadi karena trauma dan pergeseran yang terjadi kearah antero-posterior, meskipun terjadi juga ke lateral kanan atau kiri. *Miogenik* paling sering terjadi pada sendi Lumbo-Sacral, karena beban yang paling banyak pada tulang punggung terletak pada persendian ini (Prasodjo, 2002). Kondisi ini dapat disertai nyeri atau tanpa nyeri. Insiden timbulnya nyeri karena *Miogenik* dikelompokkan menjadi 3 kelompok yaitu, (1) Kelompok umur diatas 40 tahun akan didapati nyeri pada kondisi *Miogenik*, (2) Kelompok umur dibawah 26 tahun hanya nyeri disebabkan *Miogenik*, (3) Kelompok umur diatas 26 tahun kemungkinan besar didapati nyeri punggung bawah yang disebabkan oleh *Miogenik* (Cox, 1990).

Nyeri didefinisikan sebagai rasa yang tidak menyenangkan dan merupakan pengalaman emosional yang berhubungan dengan kerusakan jaringan aktual maupun potensial atau sering didiskripsikan sebagai istilah adanya kerusakan jaringan. (Borenstein, 1989, Kuntono, 2000). Nyeri jarang menimbulkan kematian, tetapi pada penderita yang mengalami nyeri akan terjadi gangguan aktivitas sehingga nyeri tidak dapat dianggap remeh. Nyeri dapat berupa nyeri tekan, nyeri gerak, ataupun nyeri yang menjalar pada daerah tungkai, yang diikuti spasme otot dan berlanjut pada keterbatasan Lingkup Gerak Sendi

(LGS) serta penurunan kekuatan otot. Dampak dari kondisi tersebut akan menimbulkan keterbatasan kemampuan fungsional seperti gangguan saat membungkuk, saat jalan dan saat bangun dari duduk (Soedomo, 2002). Nyeri yang dirasakan akan bertambah saat melakukan aktivitas dan rasa kaku pada punggung bawah.

Fisioterapi dalam hal ini memegang peranan untuk mengembalikan dan mengatasi gangguan *impairment* dan *activity limitation* sehingga pasien dapat beraktivitas kembali. Untuk mengatasi masalah tersebut dapat digunakan modalitas fisioterapi seperti *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)*, *Short Wave Diathermy (SWD)*, *Infra Red (IR)*, *Micro Wave Diathermy (MWD)*, dan Terapi Latihan serta pemberian edukasi merupakan suatu modalitas fisioterapi yang dipilih penulis pada kasus nyeri punggung bawah akibat *Miogenik* yang dibahas pada proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

Terapi latihan untuk mengoreksi *impairment*, meningkatkan fungsi *muskuloskeletal* atau memelihara agar lebih baik. Latihan dapat menambah kekuatan otot elastisitas, luas gerak sendi dan ketahanan. (Borenstein, 1989)

B. Rumusan Masalah

Masalah yang muncul pada nyeri punggung bawah akibat *Miogenik* dapat dirumuskan sebagai berikut

1. Apakah SWD, TENS dan Terapi Latihan dapat mengurangi nyeri punggung bawah akibat *Miogenik*?

2. Apakah SWD, TENS dan Terapi Latihan dapat meningkatkan kekuatan otot fleksor dan ekstensor trunk, menambah Lingkup Gerak Sendi (LGS) untuk fleksi dan ekstensi trunk serta meningkatkan kemampuan fungsional pada nyeri punggung bawah akibat *Miogenik*?

C. Tujuan Penulisan

Tujuan penulisan Karya Tulis Ilmiah ini terdiri atas 2 hal yaitu tujuan umum dan tujuan khusus.

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui pendekatan fisioterapi pada problem kapasitas fisik dan kemampuan fungsional pada kondisi *low back pain miogenik*

2. Tujuan Khusus

- a) *SWD* dan *TENS* dalam mengurangi nyeri punggung bawah miogenik,
- b) *William Flexion Exercise* dalam peningkatan LGS dan kemampuan aktivitas fungsional pasien pada nyeri punggung bawah miogenik.

D. MANFAAT

Dalam Penulisan ini berharap akan bermanfaat bagi :

1. Manfaat bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan dan sebagai aset pribadi mengenai bagaimana cara mengurangi spasme, dan meningkatkan LGS pada LBP miogenik

2. Manfaat bagi Ilmu Pengetahuan dan Teknologi Fisioterapi

Menambah wawasan tentang ilmu pengetahuan cara mengaplikasikan SWD, TENS, Terapi latihan untuk mengurangi permasalahan pada kondisi LBP Miogenik

3. Manfaat bagi Intitusi

Dapat berfungsi bagi institusi kesehatan agar dapat lebih mengembangkan ilmu pengetahuan dan kemampuan dalam mempelajari tentang kasuskasus Low bck pain yang ditemui dimasyarakat

4. Manfaat bagi Masyarakat

Untuk memberi informasi bagi masyarakat luas tentang kasus lowback pain miogenik serta memperkenalkan peran fisioterapi dalam menangani kasus tersebut sehingga masyarakat mengetahui upaya pencegahan