

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Dalam rangka mewujudkan pembangunan manusia Indonesia seutuhnya, maka setiap warga negara Indonesia berhak memperoleh derajat kesehatan yang setinggi-tingginya yang meliputi kesehatan jasmani, rohani, dan sosial. Bahkan tidak hanya terbebas dari penyakit, cacat dan kelemahan, maka dalam paradigma kesehatan diupayakan pelaksanaan kesehatan yang bersifat menyeluruh, terpadu, merata dan dapat terjangkau oleh seluruh masyarakat. Upaya tersebut bersifat dinamis yang mencakup beberapa upaya, antara lain ; (1) peningkatan atau *promotive*, (2) pencegahan atau *preventive*, (3) penyembuhan atau *curative* , (4) pemulihan atau *rehabilitative* (Heri Prianta, 2001)

Fisioterapi sebagai salah satu cabang ilmu kesehatan, ikut berperan serta dalam upaya peningkatan kesehatan dengan memberikan pelayanan kesehatan. Pelayanan fisioterapi adalah pelayanan yang dilakukan terhadap individu dan masyarakat dalam memelihara, meningkatkan, memperbaiki gerak dan fungsi. Untuk itu peran serta masyarakat sangat diperlukan dalam rangka menciptakan upaya kesehatan yang terpadu (Heri Priatna, 2001).

Fisioterapi sebagai salah satu pelaksana pelayanan kesehatan ikut berperan dalam pelayanan dan pemeliharaan kesehatan kepada masyarakat yang ikut serta bertanggung jawab untuk mengembangkan dan memulihkan kapasitas fisik serta kemampuan fungsional (WCPT, 2000). Usaha peningkatan derajat kesehatan meliputi semua unsur yang terkait dalam upaya peningkatan derajat kesehatan,

yaitu : promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif, sehingga dapat terwujud Indonesia Sehat 2010 ( Depkes RI, 2000 ).

### **A. Latar Belakang**

Nyeri punggung bawah atau lebih dikenal dengan *Low Back Pain*, merupakan salah satu keluhan yang sering dialami dikehidupan sehari-hari. Pada umumnya dapat diderita semua orang dewasa tanpa mengenal perbedaan umur, jenis kelamin dan tingkat sosial, bahkan dapat mengenai remaja. Dan ini merupakan masalah yang serius dan bila tidak mendapat pelayanan yang tidak dihadapkan selain itu, bila ditinjau dari sudut pandang ekonomi banyak sekali (Chusid, 1993).

Penyebab dari nyeri punggung bawah banyak sekali dan bervariasi mulai dari kelelahan otot sampai tumor ganas. Dalam beberapa kasus nyeri punggung bawah dapat ditangani dan dicegah dengan mengetahui apa penyebabnya dan bagaimana pencegahannya. Untuk mengetahui hal tersebut, diperlukan pemeriksaan yang lengkap dan teliti, apalagi pada kasus yang spesifik pemeriksaannya akan lebih banyak daripada kasus non spesifik. Pada kasus spesifik akan ada pemeriksaan tambahan karena adanya kelainan neurologi, yang kebanyakan disebabkan karena *Hernia Nucleus Pulposus (HNP)*, *spondilosis*, dan trauma. Pada penderita HNP biasanya akan timbul nyeri pinggang yang menjalar sampai daerah tungkai bawah bahkan ada yang sampai ujung ibu jari kaki dan juga ditandai dengan nyeri yang hebat ketika pasien mengejan atau bersin. Dengan adanya nyeri tersebut, maka akan timbul *spasme* otot di sekitar *vertebra* dan keterbatasan gerak pada *vertebra* lumbal (*fleksi*, *ekstensi*, *latero fleksi*). *Lordosis* lumbal kurang atau semakin

mendatar. Dari masalah yang timbul ini, akan mempengaruhi aktivitas kehidupan sehari-hari tidak dapat bekerja sesuai dengan bidangnya dan tidak dapat menikmati waktu senggang karena nyeri waktu istirahat (Chusid, 1993).

Banyak para penderita *Hernia Nucleus Pulposus* yang tidak tahu harus berobat kemana, sehingga pengobatan dilakukan berpindah – pindah. Karena dalam pengobatannya tidak tepat maka keluhan penderita akan menjadi berlarut – larut. Tindakan seperti diatas jelas sekali salah, harus diluruskan agar masyarakat tahu bahwa kondisi seperti itu perlu mendapatkan pelayanan medis yang tepat dan benar termasuk didalamnya pelayanan fisioterapi yang dapat berperan dalam mengurangi nyeri dan mengurangi gejala HNP dengan pemberian program terapi, diantaranya dengan modalitas SWD dan terapi latihan.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah *HNP (Hernia Nucleus Pulposus)* adalah :

1. Bagaimanakah SWD ( *Short Wave Diathermy* ) dapat mengurangi nyeri pada HNP
2. Bagaimanakah latihan *Mc Kenzie* dapat mengurangi nyeri dan meningkatkan LGS pada penerita HNP
3. Bagaimanakah latihan *Resisted Active Movement* dapat meningkatkan kekuatan otot pada penderita HNP.

## **C. Tujuan Penulisaan**

Dalam penulisan karya tulis ini, penulis mempunyai beberapa tujuan yang ingin dicapai antara lain :

1. Untuk mengetahui manfaat penggunaan SWD terhadap nyeri pada penderita HNP.
2. Untuk mengetahui manfaat latihan *Mc Kenzie* apakah dapat mengurangi nyeri dan meningkatkan LGS pada penderita HNP.
3. Untuk mengetahui manfaat latihan *Resisted Active Movement* dapat meningkatkan kekuatan otot pada penderita HNP.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian pada kasus paska HNP (*Hernia Nucleus Pulposus*) mencakup :

1. Bagi ilmu pengetahuan

Ikut serta dalam menambah wacana ilmu pengetahuan khususnya mengenai tentang penatalaksanaan *Short Wave Diathermy* (SWD) dan terapi latihan pada kondisi HNP (*Hernia Nucleus Pulposus*)lumbal.

2. Bagi institusi pendidikan

Untuk mengembangkan ilmu pengetahuan yang ada di institusi pendidikan khususnya mengenai fisioterapi tentang penatalaksanaan terapi latihan pada kondisi HNP (*Hernia Nucleus Pulposus*)lumbal

3. Bagi penulis

Untuk menambah pemahaman dan memperdalam tentang penatalaksanaan *Short Wave Diathermy* dan terapi latihan pada kondisi HNP (*Hernia Nucleus Pulposus*)lumbal.

#### 4. Bagi Masyarakat umum

Membantu masyarakat dalam menghadapi permasalahan yang berhubungan dengan HNP (*Hernia Nucleus Pulposus*) dan memberikan informasi bahwa fisioterapi dapat berperan dalam penanganan HNP (*Hernia Nucleus Pulposus*).