

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tubuh terbentuk atas banyak jaringan dan organ yang masing-masing mempunyai fungsi yang khusus atau spesifik. Salah satu organ manusia yang sangat penting peranannya dalam tubuh manusia yaitu tulang. Tulang sebagai organ manusia terdiri dari berjuta-juta sel dan membentuk kumpulan jaringan. Kumpulan jaringan tulang ini akhirnya menjadi tulang. Tulang belakang dirancang untuk mendukung dan membentuk tubuh manusia, memungkinkan terjadinya gerakan berputar tulang rangka, melindungi corda spinalis yang lemah, dan untuk membantu menyerap gaya berat terhadap tubuh (Subiyono, 2008).

Jenis pekerjaan yang dilakukan dengan posisi duduk salah satunya adalah sopir angkutan umum. Kebiasaan dan pekerjaan monoton yang berlangsung lama bahkan bertahun-tahun, bila tidak disertai aktivitas fisik untuk menetralkan atau mengurangi efek dari posisi duduk yang salah, dimungkinkan dapat menyebabkan perubahan bentuk (deformitas). Perubahan bentuk yang sering kali muncul pada kebiasaan duduk yang salah yaitu nampak pada perubahan bentuk atau lengkungan tulang belakang. Sedangkan tulang belakang sendiri secara keseluruhan merupakan faktor yang penting dalam tubuh yaitu sebagai pendukung badan yang kokoh dan sekaligus sebagai penyangga tubuh manusia (Nurmianto, 2003).

Dalam posisi duduk, berdiri (mengerjakan pekerjaan rumah tangga, berjalan) bahkan tidur, punggung harus bekerja keras menyangga tubuh kita. Penyebab *backpain* yang paling sering adalah duduk terlalu lama, sikap duduk yang tidak tepat, postur tubuh yang tidak ideal (*improper*), aktivitas yang berlebihan, serta trauma. Nyeri punggung lalu menjadi masalah di banyak negara, karena seringkali mempengaruhi produktivitas kerja (Rachmawati, 2008).

Low Back Pain myogenik (LBP) atau nyeri punggung bawah merupakan salah satu gangguan *muskuloskeletal* yang disebabkan oleh aktivitas tubuh yang kurang baik. LBP diklasifikasikan kedalam 2 kelompok yaitu kronik dan akut. LBP akut terjadi dalam waktu kurang dari 1-2 minggu, sedangkan LBP kronik terjadi dalam waktu 3 bulan (Rogers, 2006).

Penelitian yang dilakukan Lam (1999), menyatakan bahwa duduk dengan posisi badan membungkuk sangat membebani struktur jaringan lunak vertebra pada *diskus intervertebra*, ligament dan otot. Melakukan aktivitas dengan posisi duduk yang monoton lebih dari 2 jam dalam sehari dapat pula meningkatkan risiko timbulnya nyeri punggung.

Fenomena di atas juga terjadi pada pekerja sopir angkutan, dimana jam kerjanya 6-8 jam lebih banyak dihabiskan dengan duduk yang dapat menimbulkan permasalahan kesehatan, salah satunya nyeri punggung bawah. Risiko timbulnya nyeri punggung bawah semakin meningkat apabila dalam pekerjaannya tidak memperhatikan sikap duduk secara benar, regulasi duduk, dan ukuran kursi yang tidak ergonomi. Salah satu upaya untuk mengurangi keluhan nyeri punggung bawah pada kasus-kasus penyakit akibat kerja dapat diberikan *back support* (*lumbal corset*). Dari hasil penelitian di Ohio State University Collumbus USA,

tentang pengaruh *lumbal corset* terhadap beban spinal pada aktifitas-aktifitas gerak dinamis simetris bebas dan gerak mengangkat beban asimetris, menunjukkan bahwa penggunaan *lumbal corset* dapat memberikan perlindungan terhadap kemungkinan cedera (Pope, 1999).

Latihan untuk mengurangi gangguan pada vertebra lumbal dapat diberikan *William Flexion*, dimana dalam latihan ini pada vertebra lumbal baik otot maupun curva vertebra di koreksi dan dilakukan stretching untuk menurunkan ketegangan otot yang ada, meningkatkan sirkulasi darah yang berkurang dengan proses adanya peregangan. Salah satu cara preventif lain adalah dengan pemakaian korset atau *brace* yang digunakan saat melakukan aktifitas duduk untuk membantu mengurangi gangguan postur dan meminimalkan adanya ketegangan otot yang berlebihan (Priyambodo, 2008).

Dari uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh pemberian korset dan *William Flexion* terhadap penurunan nyeri LBP *Myogenik* pada sopir angkutan umum Suruh, Kabupaten Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan, maka permasalahan dirumuskan sebagai berikut:

Adakah pengaruh pemberian korset dan *william flexion* terhadap penurunan nyeri *low back pain myogenik* (LBP) pada sopir angkutan umum Suruh, Kabupaten Semarang?.

C. Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini batasan masalah berupa penurunan rasa nyeri LBP *myogenik* pada supir angkutan umum daerah Semarang yang sudah diberikan intervensi latihan *William flexion* dan pemakaian korset. Pengukuran rasa nyeri menggunakan cara manual dengan VDS. Penelitian juga menggunakan kuesioner untuk membantu mendapatkan data-data lain yang menunjang penelitian.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan di lakukannya penelitian ini adalah:

1. Tujuan umum :

Untuk mengetahui pengaruh pemberian korset dan *William Flexion* terhadap penurunan nyeri *Low Back Pain* myogenik pada pengemudi angkutan umum Suruh, Kabupaten Semarang.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Untuk menambah ilmu pengetahuan, wawasan, dan pengalaman dalam mengembangkan diri dan mengabdikan diri pada dunia kesehatan, khususnya di bidang fisioterapi di masa yang akan datang, serta di akademik khususnya dalam membuat suatu penelitian dan analisa kasus.

2. Bagi Masyarakat

Adapun secara umum di masyarakat, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk:

- a Mendapat gambaran tentang pengaruh pemakaian korset dan latihan *william flexion* terhadap penurunan Nyeri LBP myogenik pada pengemudi angkutan umum.
- b Membantu membedakan pengaruh antara pemakaian korset dan latihan *william flexion* terhadap penurunan nyeri LBP myogenik pada pengemudi angkutan umum Suruh, Kabupaten Semarang.

3. Bagi Institusi

- a Memberikan referensi dan bahan pembandingan dalam kegiatan yang ada hubungannya dengan pelayanan kesehatan.
- b Memberikan ruang sudut pandang fisioterapi dalam menganalisa tentang pengaruh pemakaian korset dan latihan *william flexion* terhadap penurunan nyeri LBP myogenik pada pengemudi angkutan umum Suruh, Kabupaten Semarang.