

BAB I

PENDAHULUAN

Dalam rangka mewujudkan pembangunan manusia Indonesia seutuhnya, maka setiap warga negara Indonesia berhak memperoleh derajat yang setinggi-tingginya dalam hal kesehatan jasmani, rohani dan sosial. Bahkan tidak hanya terbebas dari penyakit, cacat dan kelemahan. Dalam paradigma kesehatan ini diupayakan pelaksanaan kesehatan yang bersifat menyeluruh, terpadu dan merata. Upaya tersebut bersifat dinamis yang meliputi beberapa upaya, antara lain: (1) peningkatan atau *promotive*, (2) pencegahan atau *preventive* dan (3) pemulihan atau *rehabilitative*.

Arah kebijakan dalam bidang kesehatan yang diamanatkan dalam ketetapan MPR RI No. IV/MPR/1999 tentang GBHN 1999/2004 salah satunya adalah meningkatkan mutu sumber daya manusia, lingkungan yang saling mendukung dengan pendekatan paradigma sehat yang memberikan prioritas peningkatan kesehatan, pencegahan dan pemulihan dan rehabilitasi sejak dalam kandungan sampai usia lanjut (Menkes, 2002).

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

Dengan pembangunan dan kebutuhan yang semakin meningkat, dapat dilihat dari peningkatan peran serta masyarakat yang lebih aktif. Gaya hidup yang semakin modern, membuat masyarakat lebih menyesuaikan diri. Sangat memungkinkan suatu gangguan penyakit seperti bekerja dalam posisi lama, berdiri lama dan aktifitas yang berlebihan dengan posisi yang tidak sesuai, dapat menjadikan faktor timbulnya nyeri. Keluhan nyeri dapat terjadi pada sistem muskuloskeletal dari tubuh manusia itu sendiri, diantaranya nyeri punggung bawah atau dalam dunia medis disebut dengan *Low Back Pain*. LBP ini salah satunya terjadi oleh karena *Hernia Nucleus Pulposus* atau HNP. Dimana orang awam menyebut nyeri punggung atau LBP ini dengan sakit boyok, encok dan lain sebagainya.

Hernia Nucleus Pulposus (HNP) itu sendiri adalah penonjolan diskus intervertebralis dengan nukleus masuk ke dalam kanalis spinalis lumbalis dan mengakibatkan penekanan pada radiks.

Dari keluhan nyeri yang timbul ini memungkinkan nyeri punggung dengan sindroma yang kompleks. Perlu adanya pendekatan yang tidak cukup dilayani oleh salah satu pilihan ilmu terapi, harus adanya kerjasama dengan berbagai disiplin ilmu tenaga kesehatan antara lain: dokter, perawat, ahli gizi, psikologi dan fisioterapi (Azrul Azuar, 2000).

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Low Back Pain (LBP) adalah nyeri yang dirasakan di daerah punggung bawah, dapat berupa nyeri lokal ataupun disertai nyeri radikuler dan atau keduanya yang disebabkan oleh iritasi atau kompresi radik pada satu atau

beberapa radik lumbosakralis yang dapat disertai dengan kelemahan motorik, gangguan sensorik dan menurunnya refleks fisiologis (Melialla et al, 2000).

Masalah LBP yang pernah diderita oleh penduduk selama hidup diperkirakan mencapai 80%. Insidens di beberapa Negara berkembang lebih kurang 15-20% dari total populasi yang menderita LBP atau nyeri punggung bawah. Diperkirakan 15% dari jumlah penduduk menderita LBP (Lubis, 2003).

Salah satu penyebab yang paling sering dari nyeri punggung adalah *Hernia Nucleus Pulposus* (HNP). Di Amerika Serikat dilaporkan total pengeluaran biaya untuk kesehatan yang berhubungan dengan masalah nyeri punggung bawah atau LBP berkisar 60 milyar dollar per tahun, karena penduduk Amerika Serikat pada umumnya banyak yang berumur diatas 50 tahun, prevalensi meningkat ditandai dengan pertumbuhan 18 juta setiap dekade (Awad, 2006).

Prevalensi HNP berkisar antara 1-2% dari populasi (Purwanto, 2003). Perbandingan laki-laki dengan perempuan adalah seimbang, yaitu 1 : 1 (Ramacandran TS et al, 2003). Usia yang paling sering mengalami HNP adalah pada usia 30-50 tahun (Feske et al, 2003). HNP lumbalis paling sering 90% mengenai diskus intervertebralis L5-S1 dan L4-L5 (Purwanto, 2003).

Hernia Nucleus Pulposus (HNP) merupakan rupturnya nukleus pulposus (Brunner dan Suddarth, 2002).

Diskus intervertebralis adalah lempengan kartilago yang membentuk sebuah bantalan diantara tubuh vertebralis. Material yang keras dan fibrosa ini

digabungkan dalam satu kapsul. Bantalan seperti bola dibagian tengah diskus disebut nukleus pulposus.

Nukleus pulposus adalah bagian tengah diskus yang bersifat semigetalin. Nukleus ini mengandung berkas-berkas kolagen sel jaringan penyambung dan sel-sel tulang rawan. Dan berperan penting dalam pertukaran cairan antar diskus dan pembuluh-pembuluh kapiler.

Berbagaai modalitas radiologi untuk mengetahui dan mengevaluasi hernia diskus intervertebralis seperti CT Scan, MRI, Foto rontgen atau foto polos dan Myelografi. Dalam beberapa penelitian diketahui bahwa MRI memiliki daya sensitivitas dan spesifitas yang lebih tinggi dibandingkan dengan modalitas radiologik lainnya dalam mengevaluasi HNP (Karppinen, 2001).

Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis menggunakan modalitas fisioterapi berupa *Infra Red* dan Terapi Latihan berupa teknik *Mc. Kenzie Exercise*.

B. RUMUSAN MASALAH

Rumusan masalah yang ingin penulis kemukakan adalah: (1) Apakah pemberian modalitas fisioterapi berupa *Infra Red* dapat mengurangi nyeri pada penderita HNP lumbalis. (2) Apakah pemberian modalitas fisioterapi berupa *Mc. Kenzie Exercise* dapat meningkatkan Lingkup Gerak Sendi (LGS) pada penderita HNP lumbalis. (3) Apakah pemberian modalitas fisioterapi berupa *Infra Red* dan *Mc. Kenzie Exercise* dapat merileksasikan otot-otot paravertebralis, mengurangi spasme dan meningkatkan kekuatan otot.

C. TUJUAN PENULISAN

Tujuan yang ingin dicapai oleh penulis dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini sesuai dengan rumusan masalah yaitu :

1. Tujuan Umum

- a. Untuk mengetahui pengaruh pemberian modalitas fisioterapi berupa *Infra Red* pada penderita HNP lumbalis.
- b. Untuk mengetahui pengaruh pemberian modalitas fisioterapi berupa *Mc. Kenzie Exercise* pada penderita HNP lumbalis.
- c. Untuk mengetahui pengaruh pemberian modalitas fisioterapi berupa *Infra Red* dan *Mc. Kenzie Exercise* pada otot-otot paravertebralis.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari studi kasus ini adalah :

- a. Mengetahui manfaat penggunaan *Infra Red* dan terapi Latihan dengan metode *Mc. Kenzie Exercise* pada penderita HNP lumbalis.
- b. Mampu menyusun rencana tindakan fisioterapi pada HNP lumbalis.
- c. Mampu memberikan dan mengevaluasi tindakan fisioterapi pada kasus HNP lumbalis.

D. MANFAAT

1. Manfaat bagi Penulis

Diharapkan dengan adanya penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan pengetahuan kepada pembaca dan menambah pengetahuan penulis terkait dengan kasus HNP serta upaya dalam penanganannya.

2. Manfaat bagi Institusi Rumah Sakit

Diharapkan dapat bermanfaat bagi institusi-institusi kesehatan agar dapat lebih mengenali dan menambah pengetahuan tentang kasus HNP, sehingga dalam penanganannya dapat ditangani secara optimal dan tepat.

3. Manfaat bagi Pendidik

Dapat bermanfaat bagi dunia pendidik untuk lebih mengembangkan ilmu pengetahuan dan pengalaman serta diharapkan menyebarkan mengenai kasus HNP.

4. Manfaat bagi Masyarakat

Diharapkan dengan adanya Karya Tulis Ilmiah ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan bagi masyarakat tentang HNP, sehingga masyarakat dapat melakukan upaya dalam pencegahan serta mengetahui peranan fisioterapi pada kondisi tersebut.