

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Myalgia cervical atau sering dikenal dengan nyeri otot leher adalah suatu kondisi kronis dimana otot mengalami ketegangan atau terdapat kelainan struktural tulang atau saraf sehingga menimbulkan nyeri, bisa nyeri ringan sampai nyeri tak tertahankan, mempengaruhi tangan, punggung, leher, lengan, bahkan sampai kaki (Samara, 2007).

Leher adalah daerah yang paling banyak mendapat ketegangan atau stress, baik waktu istirahat maupun saat bekerja. Rasa kurang nyaman yang menyebabkan ketegangan secara terus menerus pada grup otot leher terutama *ekstensor* yang mempertahankan postur leher dan menopang kepala, akibatnya otot-otot cervical terutama otot ekstensor mengalami *spasme* yang memicu terjadinya nyeri pada leher atau *myalgia cervical* (Ariotejo, 2010).

Myalgia cervical disebabkan oleh adanya ketegangan (kontraksi) otot yang berlebihan saat bekerja, *static* kontraksi dalam posisi bekerja dan dilakukan secara terus menerus dalam waktu yang lama. Umur berpengaruh terhadap nyeri leher berkaitan dengan proses penuaan seiring bertambahnya usia, termasuk degenerasi tulang yang berdampak pada resiko *myalgia cervical*. Pada saat leher bergerak kedepan 1 inchi akan meningkatkan berat kepala pada leher sebesar 10 pound, jika leher bergerak 3 inchi maka berat kepala sebesar 30 pound dan tekanan pada otot-otot leher meningkat 6 kali. *Bad posture* apabila terjadi dalam jangka panjang akan menyebabkan *myalgia cervical* atau nyeri leher (Dewayani, 2006).

Myalgia cervical mempunyai tanda dan gejala, yaitu rasa tegang pada leher, nyeri leher dan bahu, keterbatasan gerak sendi leher, rasa pusing dan tidak nyaman sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari. Tanda dan gejala tersebut bisa ditanggulangi dengan tindakan fisioterapi. Fisioterapi berperan serta dalam menangani kasus *myalgia cervical*. Sebuah studi menunjukkan prevalensi nyeri *muskuloskeletal* pada leher di masyarakat selama 1 tahun besarnya 40% dan prevalensi ini lebih tinggi pada wanita. Selama 1 tahun, prevalensi nyeri muskuloskeletal di daerah leher pada pekerja besarnya berkisar antara 60-76% dan wanita ternyata juga lebih tinggi dibandingkan pria (Huldani, 2013).

Tenaga kesehatan Fisioterapi memiliki pengetahuan dan keterampilan melalui bidang pendidikan kesehatan yang mempunyai wewenang untuk melakukan upaya kesehatan. Modalitas yang dimiliki fisioterapi adalah dengan *Transcutaneous Elektrikal Nerve Stimulation* (TENS), *Ultra Sound* (US), *Massage*, dan Terapi latihan.

Transcutaneous Elektrikal Nerve Stimulation (TENS) yaitu terapi listrik dengan arus rendah yang diletakkan pada titik syaraf, *Transcutaneous Elektrikal Nerve Stimulation* (TENS) dapat mengurangi nyeri memblokir syaraf *sensorik*, menstimulasi saraf motorik karena impuls elektrik ini mempunyai impuls elektrik ini menyerupai impuls saraf otak untuk menstimulasi gerakan otot sehingga bisa memperbaiki kelemahan otot dan mengurangi nyeri.

Ultra Sound (US) yaitu terapi panas yang dapat mengurangi nyeri *akut* maupun *kronis*. Terapi ini menggunakan arus listrik yang dialirkan lewat transduser yang mengandung kristal kuarsa yang dapat mengembang dan kontraksi

serta memproduksi gelombang suara yang dapat ditransmisikan pada kulit serta dalam tubuh, *Ultra Sound* bermanfaat dalam terapi gangguan *muskuloskeletal*, menghancurkan jaringan parut dan membantu mengulur *tendon* (Arovah, 2007).

Massage merupakan teknik manipulasi jaringan lunak tekanan dan gerakan. Terapi ini dapat dilakukan pada seluruh tubuh maupun pada bagian tertentu (contoh punggung, kaki, dan tangan). *Massage* membantu penderita relax dan mengatasi nyeri, teknik *massage* untuk kondisi *myalgia cervical* yaitu *Effluarage* dan *friction*. Teknik *effluarage* atau teknik menggosok yaitu gerakan ringan berirama yang dilakukan pada seluruh permukaan tubuh, tujuannya untuk melancarkan peredaran darah dan getah bening sedangkan teknik *friction* atau menggerus yaitu gerakan menggerus arah searah dengan otot atau berlawanan, tujuannya membantu menghancurkan *myogelosis*, yaitu timbunan sisa-sisa pembakaran energi yang menyebabkan pengerasan pada otot (Firastiwidyaratni, 2007).

Terapi latihan tehnik *Proprioceptive Neuromuscular Facilitations* (PNF) *contract relax* yaitu Suatu teknik menggunakan kontraksi *isotonik* yang optimal dari kelompok otot *antagonis* yang memendek, dilanjutkan dengan rileksasi otot tersebut. Tujuannya meningkatkan lingkup gerak sendi, mengurangi nyeri, menaikkan tingkat relaksasi otot, perbaikan koordinasi, meningkatkan kekuatan kontraksi sehingga kemampuan aktifitas fungsional mningkat (Ariotejo, 2010).

Melihat latar belakang diatas maka perlu diambil studi kasus dalam Karya Tulis Ilmiah dengan judul Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kondisi *Myalgia Cervical*.

B. Rumusan masalah

Pasien *myalgia cervical* memiliki permasalahan diantaranya nyeri leher, keterbatasan gerak, adanya gangguan aktifitas fungsional. Permasalahan yang muncul pada penderita *myalgia cervical* diperoleh rumusan masalah:

1. Apakah *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)*, *Ultra Sound (US)*, dan *Massage* dapat menurunkan nyeri pada kasus *myalgia cervical*?
2. Apakah terapi latihan *contract relax* dapat meningkatkan lingkup gerak sendi (LGS) dan aktifitas fungsional pada kasus *myalgia cervical*?

C. Tujuan laporan kasus

1. Tujuan umum

Mengetahui proses penatalaksanaan fisioterapi pada kasus *myalgia cervical*, menambah pengetahuan, dan menyebarkan peran fisioterapi pada kondisi *myalgia cervical* pada kalangan fisioterapis, medis, dan masyarakat.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dalam penulisan karya tulis ilmiah pada kasus *myalgia cervical* adalah:

- a. Untuk mengetahui manfaat *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation (TENS)*, *Ultra Sound (US)*, dan *Massage* dalam penurunan nyeri pada kasus *myalgia cervical*.
- b. Untuk mengetahui manfaat terapi latihan berupa *contract relax* dalam peningkatan Lingkup Gerak sendi (LGS) dan peningkatan kemampuan aktifitas fungsional pada kasus *myalgia cervical*.

D. Manfaat laporan kasus

Manfaat penulisan karya tulis ilmiah pada kondisi *myalgia cervical* adalah:

1. Bagi penulis

- a. Menambah dan memperluas pengetahuan tentang kondisi *myalgia cervical* dan bentuk-bentuk terapinya.
- b. Menambah informasi pada fisioterapi bahwa pemberian *Transcutaneous Electrical nerve Stimulation (TENS)*, *Ultra Sound (US)*, dan *Massage* dapat mengurangi nyeri pada kondisi *myalgia cervical*.
- c. Menambah informasi pada fisioterapi bahwa pemberian terapi latihan berupa *contract relax* dapat meningkatkan Lingkup Gerak Sendi *cervical* dan meningkatkan kemampuan aktifitas fungsional pada kasus *myalgia cervical*.

2. Bagi rumah sakit

Bermanfaat sebagai salah satu metode pelayanan fisioterapi yang dapat diaplikasikan kepada pasien kondisi *myalgia cervical* sehingga dapat ditangani secara optimal.

3. Bagi pembaca

Memberikan pengetahuan lebih dan memahami lebih dalam tentang kondisi *myalgia cervical* serta mengetahui cara penatalaksanaan fisioterapi pada kondisi *myalgia cervical*.