

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan adalah suatu keadaan yang sehat, baik secara fisik, mental, spiritual maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Pembangunan dalam bidang kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya, sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomis (Dikutip dari UU Kesehatan No. 36 tahun 2009, 2009). Menurut dari Kemenkes RI (2014), kelelahan akibat kerja akan menyebabkan terjadinya penurunan terhadap aktivitas dan produktivitas kerja yang dapat meningkatkan jumlah terjadinya perubahan pada perilaku kerja, kesehatan kerja, ketidakhadiran kerja, berhenti kerja dan kecelakaan kerja.

Low back pain myogenic atau nyeri punggung bawah merupakan fenomena yang sering kali dijumpai pada setiap pekerjaan. *Low back pain myogenic* adalah kondisi yang sangat umum terjadi, yaitu sekitar 80% dari orang dewasa yang ada di negara-negara maju dan diyakini pernah mengalami *low back pain* setidaknya sekali seumur hidup. Pada beberapa kasus *low back pain* akut yang terlihat oleh medis, sebagian ada yang disebabkan oleh organ dalam atau penyakit sistemis, tetapi pada kasus *low*

back pain lebih dari 80% adalah terjadinya masalah didaerah otot pinggang bawah (Ishihara dan Miura, 2011). Posisi statis dalam bekerja kadang-kadang tidak dapat dihindarkan didalam melakukan pekerjaan. Bila keadaan statis tersebut bersifat terus-menerus maka akan dapat menyebabkan gangguan kesehatan diantaranya adalah *low back pain*, yang timbul dan dapat mengakibatkan kehilangan jam kerja sehingga mengganggu produktivitas kerja (Samara dkk., 2005).

Di Indonesia, pertanian merupakan salah satu sektor yang sangat dominan dalam pendapatan masyarakat dikarenakan mayoritas dari penduduk di Indonesia bekerja sebagai petani. Namun produktivitas pertanian itu sendiri masih jauh dari harapan, mayoritas petani di Indonesia masih menggunakan sistem manual dalam mengolah lahan (Ganang, 2014). Sektor pertanian merupakan salah satu jenis pekerjaan yang mempunyai risiko tinggi bagi pekerjanya, salah satu masalah kesehatan dan keselamatan kerja yang sering dialami oleh pekerja seperti petani adalah masalah ergonomi. Penerapan ergonomi berprinsip bahwa semua aktivitas pekerjaan dapat menyebabkan pekerja mengalami tekanan (*stress*) fisik dan mental. Jika tekanan yang dialami pekerja berlebihan, hal-hal yang tidak diinginkan dapat terjadi, seperti kesalahan (*error*), kecelakaan, cedera, atau kenaikan beban fisik dan mental. Cedera dan penyakit yang terkait ergonomi bervariasi, mulai dari kelelahan mata, sakit kepala, sampai gangguan otot rangka (*Musculoskeletal disorders*). Kondisi lingkungan yang ekstrim serta cara dan penggunaan teknologi dalam

mengelola lahan yang masih cukup tertinggal menentukan tingkat kesehatan dan keselamatan petaninya (Payuk dkk., 2011).

Prevalensi penyakit *musculoskeletal* tertinggi berdasarkan pekerjaan adalah pada petani, nelayan atau buruh yaitu 31,2 persen. Berdasarkan penelitian di Indonesia, prevalensi penderita penyakit muskuloskeletal tertinggi menurut pekerjaan adalah petani (Risesdas, 2013). Dari permasalahan dan cobaan yang timbul seperti kasus di atas, maka janganlah seorang muslim berkeluh kesah jika cobaan datang dan menyimpannya. Hendaklah ia mengetahui janji-janji yang Allah berikan, sebagaimana firman Allah SWT: *“Tiada suatu bencana pun yang menimpa di bumi dan (tidak pula) pada dirimu sendiri melainkan telah tertulis dalam kitab (Lauhul Mahfuzh) sebelum Kami menciptakannya. Sesungguhnya yang demikian itu adalah mudah bagi Allah. (Kami jelaskan yang demikian itu) supaya kamu jangan berduka cita terhadap apa yang luput dari kamu, dan supaya kamu jangan terlalu gembira terhadap apa yang diberikan-Nya kepadamu. Dan Allah tidak menyukai setiap orang yang sombong lagi membanggakan diri.”* (QS Al Hadid: 22-23).

Penanganan fisioterapi yang dapat diterapkan pada kondisi nyeri pinggang bawah atau *low back pain* diantaranya dengan menggunakan *kinesio taping* dan latihan *core stability*. *Kinesio taping* merupakan salah satu modalitas fisioterapi yang mengoreksi dan memperbaiki gangguan *musculoskeletal* yang didasarkan pada proses penyembuhan alami (Nugroho, 2013). Empat manfaat yang menguntungkan telah diklaim untuk *kinesio*

taping yaitu menormalisasi fungsi otot, peningkatan limfatik dan aliran pembuluh darah, pengurangan rasa sakit (Kase dkk., 2003).

Core stability exercise adalah kemampuan untuk mengontrol posisi dan gerak dari trunk sampai pelvic yang digunakan untuk melakukan gerakan secara optimal, perpindahan, kontrol tekanan dan gerakan saat aktivitas. Kerja *core stability exercise* memberikan suatu pola adanya stabilitas proksimal yang digunakan untuk mobilitas pada distal. Pola proksimal ke distal merupakan gerakan berkesinambungan yang melindungi sendi pada distal yang digunakan untuk mobilisasi saat bergerak (Yuliana dkk., 2014). *Core stability exercise* adalah sebuah latihan yang sedang trend diberikan pada pasien *low back pain myogenic* di beberapa negara. *Core stability exercise* merupakan aktivasi sinergis yang meliputi otot-otot bagian dalam dari *trunk* yakni otot *core* (inti). Fungsi dan manfaat *core* yang utama adalah untuk memelihara postur tubuh (Brandon dan Raphael, 2009).

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang beda pengaruh *kinesio taping* dan *core stability exercise* terhadap penurunan nyeri pada *low back pain myogenic* petani.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh pemberian *kinesio taping* untuk menurunkan keluhan *low back pain myogenic* pada petani?

2. Apakah ada pengaruh pemberian *core stability exercise* untuk menurunkan keluhan *low back pain myogenic* pada petani?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara *kinesio taping* dan *core stability exercise* terhadap penurunan keluhan *low back pain myogenic* pada petani?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui beda pengaruh pemberian *kinesio taping* dan *core stability exercise* terhadap penurunan keluhan *low back pain myogenic* pada petani.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui pengaruh *kinesio taping* dalam menurunkan keluhan *low back pain myogenic* pada petani.
- b. Untuk mengetahui pengaruh *core stability exercise* dalam menurunkan keluhan *low back pain myogenic* pada petani.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini sebagai informasi ilmiah serta menambah pengetahuan tentang pengaruh pemberian *kinesio taping* dan *core stability exercise* terhadap penurunan nyeri pada petani yang mengalami *low back pain myogenic*.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah peneliti membuat suatu perlakuan yang menggunakan metode *kinesio taping* dan *core stability exercise* untuk mengurangi *low back pain myogenic*, yang mana hal ini dapat menambah informasi dalam perkembangan ilmu fisioterapi, dapat dijadikan referensi bagi ilmuwan lain untuk melakukan penelitian lanjutan, dan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan teknologi, dan seni (IPTEKS).