

**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA LOW BACK PAIN
SPONDYLOSIS LUMBALIS 4-5 DENGAN MWD ULTRA SOUND DAN
WILLIAM FLEXION EXERCISE DI RSUD SRAGEN**



KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan Guna Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi Syarat-Syarat
Untuk Menyelesaikan Program Pendidikan Diploma III Fisioterapi

Disusun Oleh :

DEWI PRASETYANINGSIH

J 100 060046

D III FISIOTERAPI

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

2009

BAB I

PENDAHULUAN

Pembangunan kesehatan adalah bagian pembangunan nasional yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran, kemauan dan kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar tercapai derajat kesehatan masyarakat yang setinggi-tingginya. Salah satu pembangunan kesehatan yang sedang digalakkan adalah di bidang kesehatan bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup penduduk Indonesia hakekatnya sebagai pelaku pembangunan. Pembangunan manusia seutuhnya merupakan dasar pembangunan nasional mencakup aspek jasmani, rohani, termasuk aspek spiritual dan kepribadian yang ditujukan untuk mewujudkan manusia yang sehat, cerdas, produktif, serta mempunyai daya juang yang tinggi.(WCPT,1999).

Arah kebijakan dalam bidang kesehatan yang dinamakan dalam ketetapan MPR. RI. NO IV \ MPR \ 1999 tentang GBHN 1999 – 2004 adalah meningkatkan mutu sumberdaya manusia dan lingkungan yang saling mendukung dengan pendekatan paradigma sehat yang memberikan prioritas pada upaya peningkatan kesehatan, penyembuhan, pemulihan dan rehabilitasi sejak pambuhan dalam kandungan sampai usia lanjut.

Paradigma sehat adalah dasar pandangan baru dalam dunia kesehatan yang merupakan upaya untuk meningkatkan kesehatan bangsa yang bersifat proaktif (Xavaria, 2001). Upaya tersebut merupakan model pembangunan kesehatan yang dalam jangka panjang mampu mendorong masyarakat untuk kesadaran yang lebih

tinggi pada pelayanan kesehatan yang bersifat promotif dan preventif dan menggambarkan keadaan masyarakat Indonesia dimasa depan yang ingin dicapai sebagian Indonesia Sehat 2010 (Xavaria, 2001). Upaya yang dilakukan perlu lebih mengutamakan upaya-upaya preventif dan promotif yang proaktif tanpa mengabaikan upaya kuratif dan rehabilitasi (Xavaria, 2001).

Rencana pembangunan kesehatan menuju Indonesia Sehat 2010 (RPKMIS) masyarakat Indonesia dimasa depan yang ingin dicapai melalui pembangunan kesehatan adalah masyarakat, bangsa, dan negara yang ditandai oleh penduduknya hidup dalam lingkungan dan dengan perilaku hidup sehat.

Fisioterapi sebagai salah satu pelaksanaan pelayanan kesehatan ikut berperan dan bertanggung jawab dalam peningkatan derajat kesehatan, meliputi masalah gerak dan fungsi dengan kajian menyangkut aspek peningkatan (promotif), aspek pencegahan (preventif), aspek penyembuhan (kuratif), aspek pemulihan dan pemeliharaan (rehabilitatif) untuk mewujudkan program pemerintah yaitu Indonesia Sehat 2010 (DepKes RI, 1999).

Pelayanan fisioterapi merupakan bagian integral dari pelayanan kesehatan yang dilakukan oleh seorang fisioterapis yang memiliki pengetahuan dasar dan atau keterampilan melalui pendidikan formal dibidang fisioterapi dan kepadanya diberikan kewenangan tertulis untuk melakukan upaya fisioterapi. Sebagai penyedia jasa pelayanan kesehatan maka fisioterapis hendaknya melakukan aktifitasnya atau mengimplementasikan kompetensinya berdasarkan Iptek yang telah dimiliki dan harus mendapatkan perlindungan hukum sebagai intervensi terapeutik yang dilakukan dapat berkualitas dan legal/absah.(TITAFI, 2006).

A. Latar Belakang Masalah

Nyeri punggung bawah atau *Low Back Pain* dapat mempengaruhi produktivitas manusia. Dalam masyarakat keluhan nyeri punggung bawah tidak mengenal umur, jenis kelamin dan status sosial. Gangguan yang terjadi akibat nyeri punggung bawah adanya nyeri tekan pada regio lumbal, spasme otot-otot punggung, keterbatasan gerak punggung dan penurunan kekuatan otot punggung dan ekstremitas inferior, sehingga dapat menimbulkan keterbatasan fungsi yaitu gangguan saat bangun dari keadaan duduk, saat membungkuk, saat duduk atau berdiri lama dan berjalan. Maksud dari istilah sakit pinggang adalah nyeri, pegel, linu, ngilu, atau rasa tidak enak di daerah lumbal berikut sacrum didalam dunia kedokteran, dalam bahasa inggris digunakan istilah *Low Back Pain* (Sidharta, 1984). Nyeri punggung bawah adalah suatu keluhan berupa nyeri pada bagian tubuh antara thorakal sampai dengan sacrum (Sidharta, 1984).

Low Back Pain disebabkan oleh banyak hal antara lain : pekerjaan yang mengharuskan banyak duduk, kesalahan sikap saat duduk, kegemukan, aktivitas bekerja dengan membungkuk, kurangnya olah raga, pola hidup yang tidak sehat. *LBP* adalah rasa nyeri yang terjadi di daerah pinggang bagian bawah menjalar ke kaki terutama bagian dorso lateral. *HNP (Hernia Nukleus Pulposus)* yaitu : terdorongnya *nucleus pulposus* kearah belakang, kearah kanan atau kiri sehingga menekan sumsum tulang belakang dan serabut-serabut sarafnya yang mengakibatkan terjadinya rasa sakit yang sangat hebat. Hal ini terjadi karena trauma/kecelakaan dan rasa sakit tersebut dapat menjalar ke kaki baik kanan maupun kiri (*ischialgia*). Sebab lain yang perlu kita perhatikan adalah tumor,

infeksi, batu ginjal, dan lain-lain. Semuanya dapat mengakibatkan tekanan pada serabut saraf (Sidharta, 1984)

Spondylosis lumbal adalah kelainan degeneratif yang menyebabkan hilangnya struktur dan fungsi normal spinal. Proses penuaan adalah penyebab utama tapi lokasi dan percepatan degenerasi bersifat individual. Proses degeneratif pada region cervical, thorak atau lumbal dapat mempengaruhi discus intervertebral dan sendi faset (Kalim, 1996)

Spondylosis ini termasuk penyakit degeneratif yang proses terjadinya secara umum disebabkan oleh berkurangnya kekenyalan discus yang kemudian menipis dan diikuti dengan lipatan ligamen disekeliling corpus vertebra, seperti ligamentum longitudinal. Selanjutnya pada lipatan ini terjadi pengapuran dan terbentuk osteofit. Spondylosis kebanyakan menyerang pada usia diatas 40 tahun (Appley, 1995).

Fisioterapi adalah suatu cara atau bentuk pengobatan untuk mengembalikan fungsi suatu organ tubuh dengan memakai tenaga alam. Dalam fisioterapi tenaga alam yang dipakai antara lain listrik, sinar, panas, dingin, massage dan latihan yang mana penggunaannya disesuaikan dengan batas toleransi penderita sehingga didapatkan efek pengobatan. Menurut Departemen Kesehatan Indonesia Fisioterapi adalah suatu pelayanan kesehatan yang ditujukan untuk individu atau kelompok dalam upaya mengembangkan, memelihara, serta memulihkan gerak dan fungsi sepanjang daur kehidupan dengan menggunakan modalitas fisik (Krausen,1985)

B. Rumusan Masalah

Pada kondisi nyeri punggung bawah akibat spondylosis, penulis dapat merumuskan masalah yaitu :

1. Apakah Micro Wave Diatermy dapat mengurangi nyeri punggung bawah akibat spondylosis?
2. Apakah terapi latihan metode *William Flexion Exercise* dapat meningkatkan kekuatan otot abdominal dan peningkatan lingkup gerak sendi (LGS) pada regio *trunk*?
3. Apakah Ultra Sound dapat mengurangi spasme akibat kekakuan kelompok otot ekstensor lumbal karena spondylosis?

C. Tujuan Penulisan

Mendapatkan penatalaksanaan fisioterapi yang efektif dan efisien pada kasus nyeri punggung bawah akibat spondylosis, maka penatalaksanaan tersebut harus didasarkan pada permasalahan yang dihadapi oleh pasien. Tujuan yang hendak di capai dalam penulisan karya tulis ilmiah yaitu :

1. Mengetahui pengaruh Micro Wave Diatermy dalam mengurangi nyeri punggung bawah akibat spondylosis.
2. Mengetahui pengaruh pemberian *William Flexion Exercise* terhadap penguatan otot-otot abdominal dan peningkatan LGS pada *trunk*.
3. Mengetahui pengaruh Ultra Sound dapat mengurangi spasme akibat kekakuan kelompok otot ekstensor lumbal karena spondylosis.

D. Manfaat Penelitian

1. Penulis

Dengan memahami penyebab *low back pain* akibat *spondylosis lumbalis*, komplikasi yang menyertainya dan peran fisioterapi dalam mengambil tindakan untuk meminimalkan angka kesakitan dan angka ketergantungan yang dialami oleh pasien *low back pain* akibat *spondylosis lumbalis*, diharapkan dapat memberikan kontribusi positif bagi penderita untuk tetap sehat, aktif, produktif, berguna dan bermanfaat bagi diri dan lingkungannya.

2. Rekan sejawat

Menambah wawasan mengenai kasus *low back pain* akibat *spondylosis lumbalis* yang mana jumlahnya meningkat akibat proses degeneratif dan kecelakaan sehingga mampu dapat memberikan kontribusinya sebagaimana mestinya.

3. IPTEK

Menambah ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang kesehatan. Memberi penjelasan bahwa terapi latihan sebagai salah satu modalitas dari fisioterapi untuk menyelesaikan problem pada kapasitas fisik dan kemampuan fungsional, dengan tetap mengacu pada ketrampilan dasar dari praktek klinik dan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi.

4. Institusi pendidikan

Sarana pendidikan untuk mempersiapkan peserta didik dilingkungan fisioterapi di dunia luar untuk lebih memahami serta melaksanakan proses fisioterapi dengan berbagai modalitas yang ada, khususnya terapi latihan.

5. Masyarakat

Memberikan informasi yang tepat pada pasien dengan kondisi low back pain akibat spondylosis lumbalis dengan penanganan konservatif berupa immobilisasi dengan korset dan penanganan fisioterapi.