

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Kebersihan adalah suatu kewajiban bagi seorang umat manusia agar terhindar dari segala penyakit. Ajaran agama Islam juga menaruh perhatian yang begitu terhadap kebersihan. Perhatian ini dapat dilihat dari adanya beberapa hadist yang membahas tentang kebersihan. Hadist yang paling sering digunakan salah satunya

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ وَلَا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَارًا

Artinya: Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al Quran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian (Al Isra-82)

Kutipan hadist di atas menunjukkan bahwa Islam sangat menyukai kebersihan , terutama kebersihan lingkungan. Oleh sebab itu Universitas Muhammadiyah Surakarta berupaya untuk meningkatkan kebersihan lingkungan sesuai dengan perintah agama dengan merekrut karyawan *cleaning service*.

Perkembangan zaman modern saat ini, terdapat banyak gedung-gedung bertingkat, seperti sekolahan, kantor, rumah sakit maupun universitas, salah satunya Universitas Muhammadiyah Surakarta. Pastiya membutuhkan

tenaga seorang *cleaning service* untuk membersihkan setiap ruangan ruangan yang ada di Universitas tersebut.

*Cleaning Service* atau layanan kebersihan ini bertugas untuk membersihkan gedung dan lingkungan yang dilakukan secara seksama. Para petugas ini tidak hanya membersihkan, namun juga menjaga serta merawat kebersihan area masing-masing. Tugas tugas tersebut merupakan beban kerja fisik yang dialami oleh petugas *cleaning service*, terkadang mereka mendapat tugas tambahan seperti memindahkan meja dan kursi dan menyiapkan ruang untuk rapat. Hal ini tentu saja semakin menambah beban kerja petugas dan mengakibatkan mereka mengalami gejala nyeri punggung bawah.

Nyeri punggung bawah menjadi masalah yang cukup besar di kalangan para pekerja dengan beban kerja yang tinggi, tidak terkecuali dengan petugas *cleaning service*. Praktek pembersihan ini seringkali membuat petugas untuk membungkuk atau berdiri terlalu lama serta melakukan pekerjaan berat. Pekerjaan *cleaning service* seperti mengangkat, membungkuk, gerakan memutar pada saat memindahkan barang dari sisi ke sisi lainnya dan menunduk saat bekerja lama kelamaan akan dapat menimbulkan keluhan (Candra, Doda, Kekenusa, Pascasarjana, & Sam, 2017). Penyebab terjadinya nyeri punggung bawah selain kerja otot yang berlebihan, bisa juga diakibatkan oleh postur yang jelek seperti kifosis, skoliosis, dan flat back. Pada deformitas postur ini mengakibatkan kontraksi otot tonik tidak seimbang dan bersifat kronik seperti kebiasaan membungkuk yang sering dilakukan oleh pekerja *cleaning service*. Keluhan nyeri punggung

bawah bermula dari keluhan muskuloskeletal yang dibiarkan berlanjut dan mengakibatkan kelainan yang menetap pada otot dan juga kerangka tubuh, kebiasaan seperti itu sehingga membuat seorang *cleaning service* merasakan nyaman sehingga tidak merasa salah terhadap postur (Fleeson *et al.*, 2017)

Hasil studi dari (Prodi, K3 dan Kesehatan.,2010)menunjukkan bahwa dari 291 penyakit yang diteliti, Nyeri Tulang Punggung Bawah merupakan salah satu penyakit yang menjadi penyumbang kecacatan global yang diukur melalui Years Lived with Disability (YLD) Di Indonesia prevalensi nyeri punggung bawah (NPB) belum diketahui secara pasti, namun berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Perhimpunan Dokter Saraf Indonesia (PERDOSSI.,2009) bahwa dari jumlah 4.456 orang penderita nyeri, 1589 diantaranya mengeluhkan nyeri pada punggung bawah

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rian Prasetyo (2016) yang berjudul “Pengaruh Pemberian *Kinesio Tapping* dan *Core Stability Exercise* Terhadap Penurunan Nyeri Pada *Low Back Pain Myogenic* petani” dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh positif pada pemberian *kinesio taping* terhadap *core stability exercise* terhadap penurunan nyeri punggung bawah atau *low back pain myogenic*. Berawal dari permasalahan di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian.

## **B. Rumusan Masalah**

1. Apakah latihan *core stability* dapat berpengaruh terhadap penurunan nyeri punggung bawah pada *cleaning service* di Universitas Muhammadiyah Surakarta?
2. Apakah penambahan *kinesio taping* pada latihan *core stability* dapat berpengaruh dengan penurunan nyeri punggung bawah?
3. Apakah ada perbedaan antara pemberian *core stability* dan *kinesio taping* dengan pemberian *core stability* terhadap penurunan nyeri punggung bawah?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada perbedaan penambahan *kinesio taping* pada terapi *core stability exercise* terhadap penurunan nyeri punggung bawah petugas *cleaning service* di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

### 2. Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui tingkat nyeri petugas *cleaning service* di Universitas Muhammadiyah Surakarta
- 2) Mengetahui pengaruh *core stability exercise* terhadap penurunan tingkat nyeri
- 3) Mengetahui apakah ada pengaruh penambahan *kinesio taping* dan *core stability* terhadap penurunan nyeri

- 4) Mengetahui perbedaan latihan *core stability exercise* dan *kinesio tapping* dengan latihan *core stability exercise* terhadap penurunan nyeri

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi bagi mahasiswa bahwa untuk menurunkan nyeri dapat melakukan latihan *core stability* dan pemasangan *kinesio taping*.

##### 2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswa, menambah wawasan mengenai *core stability exercise* dan *kinesio tapping* terhadap penurunan nyeri punggung bawah
- b. Untuk tim kesehatan, sebagai dasar atau landasan dalam memberikan intervensi dan edukasi kepada penderita nyeri punggung bawah.
- c. Untuk peneliti berikutnya, dapat dijadikan bahan pertimbangan serta dapat dikembangkan lebih lanjut.