

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lower back pain (LBP) atau Nyeri punggung bawah (NPB) adalah rasa nyeri yang dirasakan di daerah punggung bawah, dapat merupakan nyeri lokal, nyeri radikuler, maupun keduanya. LBP merupakan gejala, bukan suatu diagnosis (Winata Dewi Susanty *et al.*, 2014). LBP merupakan kelainan dengan berbagai etiologi dan membutuhkan penanganan simptomatis serta rehabilitasi medik. Nyeri punggung bawah atau *Low Back Pain* juga didefinisikan sebagai nyeri dan ketidaknyamanan, yang terlokalisasi di bawah sudut iga terakhir (*costa margin*) dan di atas lipat bokong bawah (*gluteal inferior*), dengan atau tanpa nyeri pada tungkai. Berdasarkan lama perjalanan penyakitnya, nyeri punggung bawah atau LBP diklasifikasikan menjadi tiga yaitu akut, subakut, dan kronis. LBP akut didefinisikan sebagai timbulnya episode nyeri punggung bawah yang menetap dengan durasi kurang dari enam minggu. Untuk durasi antara 6-12 minggu didefinisikan sebagai nyeri punggung bawah subakut, sedangkan untuk durasi lebih lama dari 12 minggu adalah nyeri punggung bawah kronis (Nyeri *et al.*, 2014). Nyeri punggung bawah dapat juga dipengaruhi oleh karakteristik individu, kondisi kerja, gaya hidup, dan faktor sosial, ekonomi, budaya dan etnis, serta ketersediaan pengobatan dan pilihan rehabilitasi. Dalam beberapa masyarakat ada kesadaran untuk mengobati LBP, sementara penyebab LBP yang lain bukan disebabkan oleh kelemahan melainkan dilihat dari konsekuensi dari

pekerjaan, kondisi fisik dan proses penuaan pada setiap individu. Mengingat perbedaan sosial, budaya, dan ekonomi pada Negara maju dan berkembang, adalah wajar berpendapat bahwasanya LBP yang tidak homogen. Misalnya, kemiskinan, tugas pekerjaan, harapan sosial, letak geografi, ketersediaan pelayanan kesehatan dan dukungan dari internal individu (*Williams et al., 2015*).

Prevalensi penyakit musculoskeletal di Indonesia berdasarkan oleh tenaga kesehatan yaitu 11,9 persen dan berdasarkan diagnosis atau gejala yaitu 24,7(Andini & Lampung, 2015) dan penelitian kelompok studi nyeri PERDOSSI Mei 2002 menunjukkan jumlah penderita nyeri pinggang sebesar 18,37% dari seluruh pasien nyeri (*Nyeri et al., 2014*). Prevalensi kejadian LBP pada tahun 2015 berkisar 7-3% mengisyaratkan bahwa 540 juta orang terkena LBP pada satu waktu. LBP juga penyebab nomor satu kecacatan global, peningkatan terbesar LBP dalam dekade terakhir telah terjadi di Negara berpenghasilan menengah dan rendah , termasuk di Asia, Afrika , dan Timur Tengah (*Hartvigsen et al., 2018*).

شِفَاءٌ لَهُ أَنْزَلَ إِلَّا دَاءَ اللَّهِ أَنْزَلَ مَا

“Tidaklah Allah menurunkan penyakit kecuali Dia turunkan untuk penyakit itu obatnya.” (HR. Al-Bukhari no. 5678)

seperti halnya pada nyeri punggung bawah bermula dari keluhan muskuloskeletal yang dibiarkan berlanjut dan mengakibatkan kelainan yang menetap pada otot dan juga kerangka tubuh. Mekanisme terjadinya nyeri punggung bawah telah lama dipelajari, Beberapa pihak menduga paparan berulang terhadap cedera kecil, pihak lain menyatakan bahwa nyeri punggung

bawah terjadi akibat peristiwa trauma yang besar, seperti cedera pada saat mengangkat, sedangkan ahli yang lain menyatakan bahwa nyeri punggung bawah merupakan hasil kombinasi cedera berulang dan satu peristiwa trauma yang besar. Penyebab nyeri punggung bawah *Nonspecifik*, yaitu yang tidak mengarah pada suatu proses patologi atau kelainan anatomi tertentu (misalnya *strain* otot, *sprain* ligamen, dan *lumbago*) dan nyeri punggung bawah spesifik, yaitu mengarah pada suatu proses patologis tertentu (misalnya *infeksi*, *neoplasma*, *osteoporosis*, *rheumatoid arthritis*, *fraktur*). Aktivitas fungsional, dan akan mengganggu untuk beraktivitas ataupun bekerja, sedangkan aktivitas adalah integritas fungsi dan struktur tubuh serta kemampuan untuk berpartisipasi dalam aktivitas kehidupan.

Untuk mengurangi nyeri dapat dilakukan menggunakan terapi nonfarmakologis yaitu tanpa obat-obatan. Salah satu bentuk terapi nonfarmakologis adalah fisioterapi berupa dengan *Therapeutic Aquatic*. *Therapeutic Aquatic* sesungguhnya merupakan metode terapi dengan pendekatan *low-tech* yang mengandalkan pada respon-respon tubuh terhadap air. Pengertian *Aquatic Therapy* yaitu metode terapi menggunakan stretching di dalam air. Bermanfaat untuk meregangkan otot-otot pada punggung (Baena-beato et al., 2014)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan melalui observasi dengan petugas dan pasien di Klinik PPSDM Migas Cepu, didapatkan bahwa data dari bulan Agustus sampai bulan November sekitar 35 pasien, kebanyakan kasus muskuloskeletal atau LBP. Pasien dengan keluhan tersebut hanya

mendapatkan pelayanan poli Fisioterapi hanya memberikan *Transcutaneous Electrical Nerve* (TENS), *Infra Red* (IR) untuk menurunkan nyeri.

Fisioterapi dapat membantu pasien LBP untuk memulihkan kondisi fisiknya dan memperbaiki aktivitas fungsional, untuk memutus mata rantai keluhan yang di derita pasien LBP selama ini, dengan menggunakan teknik *Aquatic Therapy* dan yang bertujuan untuk membantu meningkatkan aktifitas fungsional. *Aquatic Therapy* adalah penggunaan air (di dalam kolam atau tangki dengan kedalaman yang berbeda) yang memfasilitasi aplikasi intervensi terapeutik yang telah ditetapkan, mencakup peregangan, penguatan, mobilisasi sendi, keseimbangan dan latihan gaya jalan, serta latihan daya tahan (Kisner, 2012). Lebih efektif digunakan untuk meningkatkan aktifitas fungsional dari kasus *Low Back Pain* daripada IR dan TENS karena hanya dapat menstimulus dibagian luar dan dapat menimbulkan nyeri yang berkelanjutan, dengan pasien yang hanya nyeri di otot bisa menggunakan modalitas fisioterapi tetapi nyeri dapat timbul kembali dan nyeri yang ditimbulkan karena perubahan postur tidak hanya dengan modalitas fisioterapi tetapi juga dengan latihan untuk hasil yang maksimal.

Tujuan spesifik dari *Aquatic Therapy* adalah untuk memfasilitasi pemulihan fungsional dengan memberikan lingkungan yang meningkatkan kemampuan pasien dan/atau untuk praktisi dapat melakukan berbagai intervensi terapeutik. Dengan demikian penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul **“PENGARUH AQUATIC THERAPY**

TERHADAP PENINGKATAN AKTIFITAS FUNGSIONAL PADA KASUS *LOW BACK PAIN*

B. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang diatas dapat di buat rumusan permasalahan sebagai berikut “Bagaimana pengaruh *Aquatic Therapy* untuk peningkatan aktifitas fungsional pada kasus LBP”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum :

Mengetahui pengaruh dari teknik *Aquatic therapy* untuk peningkatan aktifitas fungsional pada kasus Low Back Pain (LBP) .

2. Tujuan Khusus :

Memaparkan hasil penelitian tentang *Aquatic Therapy* untuk peningkatan aktifitas fungsional pada kasus Low Back Pain (LBP) pada lansia di PPSDM MIGAS CEPU umur 40-65 tahun.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah informasi dalam kajian teori fisioterapi tentang *Aquatic Therapy* untuk peningkatan aktifitas fungsional pada pasien LBP.

2. Manfaat Praktis :

a. Bagi peneliti

Menyajikan informasi tentang *Aquatic Therapy* serta untuk memberi pelayanan fisioterapi yang professional dengan pasien LBP.

b. Bagi Rumah sakit

Menambah informasi tentang cara pengelolaan pasien dengan masalah LBP, sehingga intervensi Fisioterapi dapat diterapkan dengan optimal.

c. Bagi Pasien/Masyarakat

Memberikan informasi/edukasi baru bagi pasien dan masyarakat tentang teknik *Aquatic Therapy* pada pasien LBP.