

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Low Back Pain (LBP) merupakan sindroma atau keluhan nyeri pada punggung bawah yang disebabkan oleh beberapa faktor antara lain yang dapat berasal dari kulit, otot, tulang, organ viscera bahkan sikap tubuh yang salah (Koes, 2010). Adapun *LBP Miogenik* adalah nyeri yang disebabkan oleh gangguan kelainan pada unsur muskuloskeletal tanpa disertai gangguan neurologis antara thorakal 12 sampai dengan Sacrum (Payne, 2000).

LBP miogenik merupakan satu keadaan dimana otot-otot lumbal bekerja mempertahankan suatu posisi dengan waktu yang lama dan berulang-ulang sehingga terjadi *over use* pada otot-otot stabilisator lumbal. *LBP* miogenik paling sering terjadi pada sendi Lumbo-Sacral, karena beban penyangga kesetabilan tubuh dan juga sebagai poros tubuh saat gerakan ke arah membungkuk dan tegap, badan miring kanan dan kiri dan berputar terletak pada sendi ini (Mallen, 2007).

LBP miogenik sering terjadi pada pekerja pembatik tulis. Para pekerja bekerja 8 jam sehari dengan posisi duduk dan istirahat selama 1 jam. Pada saat bekerja pembatik tulis seringkali menghiraukan posisi saat duduk. Posisi duduk yang salah dan dilakukan setiap hari akan mempengaruhi otot dan bentuk curva vertebra ditambah lagi tempat duduk yang hanya dari kayu tanpa alas lunak. Jika

posisi ini terus menerus dipertahankan oleh pembatik, maka akan timbul nyeri pada otot lumbalnya, kehilangan ruang gerak kelompok otot yang bersangkutan (*loss of range of motion*). Pada pembatik yang mengalami nyeri punggungnya pasti sudah berlangsung lama karena para pematik biasanya sudah mengabdikan dirinya sudah bertahun-tahun. Kondisi *LBP* miogenik yang sudah berlangsung lama dan lebih dari 3 minggu sudah masuk fase kronis disertai adanya nyeri yang sering kambuh dan mengganggu pada aktivitas fungsional. Pengelompokan nyeri pada miogenik dikelompokkan usia dibawah 26 tahun hanya nyeri disebabkan *Miogenik*, kelompok diatas usia 26 tahun kemungkinan besar disebabkan oleh *Miogenik*. (Macedo, 2010).

Nyeri pada *LBP* miogenik kronis dapat berupa nyeri tekan, nyeri gerak yang diikuti spasme otot-otot dan berlanjut pada keterbatasan lingkup gerak sendi (LGS) serta penurunan kekuatan otot. Akibat dari permasalahan tersebut keterbatasan kemampuan gerak fungsional seperti membungkuk, saat berjalan, mengangkat benda berat, dan saat bangun dari duduk. (Soedomo,2002).

Banyak modalitas fisioterapi untuk menyelesaikan masalah *LBP* Miogenik. Penangan kasus *LBP* miogenik masih mempunyai kendala seringnya kambuh kembali pasca pemberian intervensi. Peneliti mencoba menggunakan modalitas pendekatan fisioterapi dengan teknik *mobilisation with movement (MWM's)*. *MWM's* adalah suatu teknik manual terapi yang mengkombinasikan *passive joint* dan menambahkan gerakan pasien secara lembut untuk mereposisi postur dari pasien sehingga terjadi gerakan fisiologis dan menghilangkan rasa nyeri dengan cepat.

Teknik ini bisa diaplikasikan di semua sendi dan akan terjadi peningkatan perbaikan secara cepat pada gerak dan fungsi. (Mulligan, 2004,2007). Pernyataan ini didukung oleh Vicencino B and Willson, 2001 yang mengatakan bahwa *MWM's* adalah suatu teknik yang bisa melepaskan nyeri secara cepat dan dapat mengoreksi kesalahan pada postur sehingga dapat menyelesaikan masalah tentang nyeri, kekakuan otot,dan kelemahan otot.

Indikasi penggunaan teknik *Mobilisation With Movement* adalah (1) kesalahan gerak pada sendi, (2) adanya gerakan asosiasi sendi, (3) kesalahan letak sendi, (4) nyeri yang bersifat menetap, (5) nyeri pada gerakan tertentu. (mulligan,1993). Data ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Kachingwe A,et all pada tahun 2008 juga mengatakan bahwa *Mobilisation With Movement* membantu dan memperbaiki jaringan dengan cepat akibat kesalahan gerak pada sistem muskuloskeletal.

Peneliti menginginkan suatu tindakan fisioterapi yang bisa mengatasi masalah *LBP miogenik kondisi kronis* secara cepat dan efisien, sehingga mengambil judul Pengaruh teknik *Mobilisation With Movement* terhadap pengurangan nyeri *LBP kronis*.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh *Mobilisation With Movement* terhadap pengurangan nyeri pada *Low Back Pain miogenik kronis*?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui peran fisioterapi terhadap nyeri punggung bawah kronis.

2. Tujuan Khusus

Teknik *mobilisation with movement* dapat mengurangi nyeri, menambah LGS dan meningkatkan kemampuan fungsional

D. Manfaat

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan tentang teknik *MWM's* terhadap nyeri LBP Miogenik kronis.

2. Bagi Institusi

Menambah khasanah keilmuan dan pengetahuan tentang modalitas fisioterapi manual dengan teknik *MWM's* pada penanganan LBP Miogenik