

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pekerja pabrik adalah buruh atau karyawan pabrik yang tugasnya lebih banyak bersifat pekerjaan tangan tanpa tanggung jawab penyeliaan. Menurut Kementerian Ketenagakerjaan Republik Indonesia (Kemenakertrans) No. 8 Tahun 2012 menetapkan waktu bekerja sehari di Indonesia yaitu kurang lebih 8 jam sehari. *Spasme* merupakan tahap awal seseorang mengalami ketegangan otot dan nyeri otot, saat otot tegang secara terus menerus akan menyebabkan mikrosirkulasi menurun, *iskemik* pada jaringan serta pada serabut otot akan menjadi ikatan tali yang abnormal dan membentuk *Taut band* sehingga muncul rasa nyeri karena adanya rangsangan *hypersensivitas*.

The International Association for the Study of Pain mengistilahkan bahwa nyeri *myofascial* dan nyeri *musculoskeletal* seringkali membingungkan dan tumpang tindih satu sama lain, padahal nyeri *musculoskeletal* adalah tipe nyeri yang terjadi di otot, sedangkan nyeri *myofascial* merujuk pada sindrom spesifik yang disebabkan oleh *trigger points* dalam otot atau *fascia*. Sindrom nyeri *myofascial* merupakan masalah kesehatan yang signifikan, dimana 85% populasi umum pernah mengalami nyeri *myofascial* pada satu waktu dalam hidupnya dengan prevalensi per tahun sekitar 46%. Insiden antara laki laki dan perempuan hampir sama, yaitu 54% terjadi pada perempuan dan 45% terjadi pada laki laki. Salah satu studi menemukan bahwa *trigger points* merupakan sumber nyeri pada

30% pasien yang datang dengan keluhan nyeri menuju layanan primer, dan menjadi penyebab 85% pasien dengan keluhan nyeri mengunjungi layanan tersier. Sindrom nyeri *myofascial* juga didiagnosis pada 21% pasien yang datang ke klinik ortopedi dan 30% pasien yang mengunjungi dokter penyakit dalam. Studi sebelumnya menemukan bahwa sindrom nyeri *myofascial* sebagai penyebab nyeri yang paling umum di populasi klinik, dan bertanggungjawab atas 54,6% nyeri kepala dan leher kronis, 85% pada nyeri punggung (dr.Ida Ayu, 2017). Di Indonesia, 16,6% orang dewasa mengeluhkan rasa sakit tidak enak dilehernya dan 0,6% mengeluhkan nyeri hebat dari rasa tidak enak di lehernya. Keluhan *myofascial* mulai dirasakan pada usia kerja yaitu 25-65 tahun (ni luh, 2022). Di usia kerja kesehatan menjadi hal yang cukup penting dan merupakan syariat untuk menjaga kesehatan sebelum datangnya sakit. Hal ini sesuai dengan konsep agama Islam.

Dalam agama Islam, setiap nikmat yang Allah SWT berikan kepada kita wajib untuk kita syukuri. Dalam hadits yang mulia diatas Nabi Muhammad SAW menjelaskan pentingnya nikmat sehat. Salah satu cara mensyukuri nikmat adalah dengan menjaga nikmat sehat itu sendiri. Dalam Al-Qur'an banyak terdapat ayat-ayat yang menyiratkan perintah untuk menjaga kesehatan, di antaranya Allah SWT berfirman dalam surat Yunus ayat 57 :

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

Yaa ayyuhan-naasu qad jaa'atkum mau'idzatum mir rabbikum wa syifaa'ul limaa fis-suduuri wa hudaw wa rahmatul lil-mu'miniin

Artinya : “Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman.”. (QS. Yusuf : 57).

Di Indonesia, para pekerja pabrik sering mengeluhkan nyeri pada otot *Upper Trapezius* dikarenakan penggunaan otot yang berlebihan. Kekakuan pada otot tersebut menimbulkan rasa sakit yang dapat menurunkan kinerja otot dan menurunkan efektifitas kinerja pada para pekerja pabrik. Pada umumnya para pekerja pabrik sering mengeluhkan rasa sakit pada bagian *m. trapezius* nya. Spasme merupakan tahap awal seseorang mengalami ketegangan otot dan nyeri otot, saat otot tegang secara terus menerus akan menyebabkan mikrosirkulasi menurun, iskemik pada jaringan serta pada serabut otot akan menyebabkan ikatan tali yang abnormal dan membentuk *taut band* sehingga muncul rasa nyeri karena adanya rangsangan *hipersensivitas*. *Stiffness* terjadi pada sendi yang disebabkan oleh oedem dan fibrosis pada kapsul ligament dan otot sekitar sendi. Sekitar 84% nyeri disebabkan oleh otot *upper trapezius*, *levator scapula*, *infra spinatus*, dan *scalenus*. Namun otot *upper trapezius* paling sering mengalami nyeri yaitu sekitar 79%. Otot *upper trapezius* merupakan otot tipe I (tonik) atau disebut juga dengan *red muscle* karena mengandung lebih banyak *hemoglobin* dan *mitokondria* sehingga warnanya lebih gelap daripada otot lainnya. Otot tonik berfungsi untuk mempertahankan sikap, dan kelainan otot tonik yaitu cenderung memendek dan tegang. Hal ini menyebabkan otot *upper trapezius* mudah tegang menimbulkan rasa nyeri apabila terus berkontraksi dalam waktu yang lama.

Berdasarkan latarbelakang di atas, penulis tertarik untuk mengangkat kasus *Myofascial Pain M. Upper Trapezius* dengan modalitas *Infra Red Radiating* dan *Myofascial Release* sebagai karya tulis ilmiah.

1.2 Perumusan Masalah

1. Bagaimana pengaruh *Infra Red Radiating* dalam mengurangi nyeri *M. Trapezius*?
2. Bagaimana pengaruh *Myofascial Release* untuk mengurangi *spasme M. Trapezius*?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian *Infra Red radiating* dan *Myofascial Release* pada kondisi *Myofascial Pain M. Trapezius*.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penulisan proposal penelitian ini adalah :

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan tentang aplikasi *Infra Red Radiating* dan *Myofascial Release* pada kondisi *Myofascial Pain M. Trapezius*

2. Bagi Institusi

Dapat dijadikan sumber referensi untuk menambah informasi di perpustakaan Universitas Al Irsyad Cilacap.

3. Bagi Masyarakat

Sebagai pengetahuan bagi masyarakat tentang penanganan kasus *Myofascial Pain M. Trapezius* dengan menggunakan aplikasi *Infra Red Radiating* dan *Myofascial Release*.

4. Bagi Teman Fisioterapi

Sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya tentang Aplikasi *Infra Red Radiating* dan *Myofascial release* pada kondisi *Myofascial Pain M. Trapezius*.

