

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan adalah hal utama yang paling diinginkan oleh siapapun diantara kita. Tidak ada sesuatu yang berharga seperti kesehatan. Kesehatan berasal dari kata Bahasa Arab “sahhah” artinya sehat, tidak sakit, atau selamat. Secara harfiah, “kesehatan” diartikan sebagai keadaan sehat, baik dari segi jasmani maupun rohani. Walaupun kita selalu berusaha dan bertawakal kepada Allah SWT, jika Allah sudah berkehendak untuk kita sakit maka sebagai hamba-Nya kita haruslah tetap berikhtiar untuk mencari kesembuhan, sebagaimana firman Allah SWT Dalam Q.S Asy-Syura ayat 80 :

وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ

Artinya : “Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkan aku” (Q.S Asy-Syura/26:80).

Berdasarkan firman Allah SWT diatas menjelaskan bahwa Allah yang menyembuhkan manusia apabila ia sakit. Allah berkuasa menyembuhkan penyakit apa saja yang diderita oleh seseorang.

Low Back Pain (LB) merupakan gangguan muskuloskeletal yang disebabkan oleh berbagai penyakit muskuloskeletal, gangguan psikologis, dan mobilisasi yang salah. Nyeri yang dirasakan pada punggung bawah berasal dari tulang belakang, otot, saraf atau struktur lain pada daerah trunk (Kaur, 2015). Salah satu nyeri punggung yang paling sering dialami adalah LBP *Myogenic* , dikarenakan punggung yang menerima beban berlebihan ketika sedang duduk

atau berdiri melawan gravitasi yang cukup lama. Hal ini mengakibatkan penderita merasakan nyeri (Widayati and Putro, 2021).

LBP *myogenic* merupakan gangguan pada struktur otot punggung umumnya terjadi karena trauma. Trauma dapat terjadi karena cedera, *spasme myogenic* dapat terjadi karena anatomi itu sendiri dan fungsional seperti postur tubuh. LBP *myogenic* karena fungsional dipengaruhi oleh postur pasien. Keadaan ini yang berlangsung lama dapat membuat otot kontraktur sehingga menimbulkan trauma yang menyebabkan perubahan postur (Purwasih, Prodyanatasari and Salam, 2020).

LBP *Myogenic* dapat mengakibatkan nyeri, *spasme* otot dan ketidakseimbangan otot, sehingga stabilitas otot perut dan punggung bawah mengalami penurunan, mobilitas *lumbal* terbatas, dan mengakibatkan penurunan aktivitas fungsional (Irma Nahdliyyah *et al.*, 2015). Adapun aktivitas fungsional yang berhubungan dengan mobilitas *lumbal* yaitu aktivitas yang menimbulkan terjadinya gerakan pada *lumbal*, misal gerakan mengangkat, membungkuk, memutar dan jongkok (Heppy, 2016).

Menurut data Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemkes RI), prevalensi LBP di Indonesia sebesar 18% (Kemenkes RI, 2018). Diperkirakan 40% dari penduduk provinsi Jawa Tengah berusia 65 tahun pernah menderita LBP. Prevalensi pada laki-laki 18,2% dan pada wanita 13,6%. Insiden berdasarkan kunjungan pasien ke beberapa rumah sakit di Indonesia berkisar antara 3%-17% (Saputra, 2020).

Dengan adanya keluhan di atas maka Fisioterapi berperan penting dalam meningkatkan penyembuhan dengan menggunakan metode *Trancutaneus Electrical Nerve Stimulation* (TENS) dan *Knee To Chest Exercise* pada kondisi LBP, yaitu untuk mengurangi nyeri dan meningkatkan lingkup gerak sendi. Modalitas fisioterapi yang paling sering digunakan untuk mengatasi nyeri, misalnya untuk kasus-kasus trauma, inflamasi, cedera, seperti nyeri punggung bawah, yaitu TENS dapat digunakan untuk nyeri kronis dan akut pada segala kondisi (Azharia Arda, 2021). *Knee To Chest Exercise* merupakan terapi latihan yang mengutamakan gerakan *ekstensi* untuk mencapai dan meregangkan otot-otot sekitar punggung, mengurangi nyeri sehingga lingkup gerak sendi meningkat. Yang bertujuan untuk mengembalikan fungsi normal yaitu mendapatkan kembali mobilitas maksimal dari punggung bawah serta mengembalikan lingkup gerak sendi *lumbal* pada pasien (Guslanda, 2022).

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengangkat permasalahan tersebut dalam bentuk karya tulis ilmiah yang berjudul “*Aplikasi Trancutaneus Elektrikal Nerve Stimulation* (TENS) dan *Knee To Chest Exercise* Pada Kondisi *Low Back Pain Myogenic* “.

1.2 Identifikasi Masalah

Pada pasien Tn. S yang menjadi sampel dalam laporan KTI didapatkan permasalahan sebagai berikut :

1. Adanya nyeri pada area punggung bawah tetapi tidak menjalar sampai ke tungkai.
2. Adanya nyeri tekan pada punggung bawah.
3. Adanya keterbatasan gerak pada saat gerakan *fleksi* dan *ekstensi* oleh karena nyeri yang dirasakan pasien.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang ada pada kasus *low back pain myogenic* , maka penulis membatasi masalah pada nyeri dan lingkup gerak sendi dengan modalitas *Trancutaneous Electrical Nerve Stimulation* dan *Knee to Chest Exercise* pada kondisi *low back pain myogenic* .

1.4 Perumusan Masalah

1. Bagaimana pengaruh pemberian *Trancutaneous Electrical Nerve Stimulation* untuk mengurangi nyeri ?
2. Bagaimana pengaruh pemberian *Knee To Chest Exercise* untuk meningkatkan lingkup gerak sendi ?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai pada penulisan Karya Tulis Ilmiah ini sesuai dengan rumusan masalah, yaitu :

a. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran tentang penatalaksanaan *Trancutaneous Electrical Nerve Stimulation* dan *Knee To Chest Exercise* pada kondisi *Low Back Pain Myogenic* .

b. Tujuan Khusus

- 1) Untuk mengetahui manfaat *Trancutaneous Electrical Nerve Stimulation* pada kondisi *Low Back Pain Myogenic*
- 2) Untuk mngetahui manfaat terapi latihan *Knee To Chest Exercise* terhadap peningkatan lingkup gerak sendi pada kondisi *Low Back Pain Myogenic* .

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat karya tulis ilmiah ini adalah :

1. Bagi Peneliti

Untuk menambah pengetahuan dan wawasan tentang Aplikasi *Trancutaneus Electrical Nerve Stimulation* dan *Knee To Chest Exercise* pada kondisi *Low Back Pain Myogenic* .

2. Bagi Institusi

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

3. Bagi Teman Fisioterapi

Sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya tentang *Aplikasi Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* dan *Knee To Chest Exercise* pada kondisi *Low Back Pain Myogenic* .

4. Bagi Masyarakat

Sebagai pengetahuan dan wawasan bagi masyarakat tentang penanganan pada kondisi *Low Back Pain Myogenic* dengan menggunakan *Aplikasi Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation* dan *Knee To Chest Exercise*