

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Batik merupakan salah satu kebudayaan Indonesia yang diminati baik di dalam maupun luar negeri. Seni batik ini unik karena keragaman motif dan warnanya. Ada berbagai jenis batik yang dikenal, salah satunya adalah batik tulis dan batik cap dari Jawa Tengah. Saat proses pembuatannya, diperlukan waktu kurang lebih satu bulan untuk menghasilkan batik yang berkualitas. Selama pembuatan batik tulis, mencanting dan cap adalah tahapan yang paling krusial dan memakan waktu cukup lama karena dibutuhkan ketelitian tinggi dan kesabaran. Posisi kerja seperti ini jika berulang dan dilakukan dalam jangka panjang akan menimbulkan ketegangan otot yang kemudian menimbulkan keluhan pada sistem *musculoskeletal* (Savitri, *et al* 2015).

Pekerja dalam industri batik di Indonesia sangat besar. Proses membatik berpotensi menimbulkan gangguan pada *musculoskeletal*. Salah satu keluhan akibat kerja adalah kelainan otot, urat, tulang, sendi, pembuluh darah tepi atau syaraf tepi. Postur kerja terhadap gangguan kerangka otot pada operator industri batik cap (Restuputri 2015).

Tubuh kita tergantung pada simfoni sensorik untuk membantu kita melalui kegiatan hidup sehari-hari(ADL). Hal ini dapat dipahami dengan baik bahwa kita memerlukan kerja sama dari indra utama yaitu visual, vestibular, pendengaran, penciuman dan indra taktil, untuk mengetahui situasi yang berpotensi bahaya (Amanda, *et al* 2019).

Gangguan pada system *musculoskeletal* (bagian-bagian pada otot skeletal yang dirasakan oleh pembatik dengan posisi kerja yang tidak ergonomis. Aktifitas kerja pada proses pembatikan dilakukan dengan cara manual menggunakan alat-alat tradisional. Keluhan sistem *musculoskeletal* merupakan masalah dalam suatu industri yang disebabkan oleh sarana kerja yang tidak memadai, aktivitas yang bersifat repetitif, rancangan alat dan peralatan yang tidak sesuai dengan pemakain, organisasi kerja yang tidak

efisien, jadwal istirahat yang tidak teratur dan sikap kerja yang tidak alamiah (Sumardiyono dan Wijayanti, *et al* 2018).

Gangguan *musculoskeletal* dapat terjadi pada ekstremitas atas dan ekstremitas bawah. Salah satu gangguan *musculoskeletal* yang sering ditemukan pada pekerja adalah nyeri bahu. Otot bahu yang sering melakukan pekerjaan yang statis akan sering mengalami keluhan nyeri yang cukup tinggi (Silvi, *et al* 2017).

Beberapa faktor *prognostic* yaitu durasi keluhan, persepsi rasa sakit dan nyeri bahu bersamaan. Penyembuhan secara maksimal juga melibatkan psikososial dan perilaku dalam strategi pengobatan untuk kesembuhan sekitar 6 bulan sampai 2 tahun (Margit, *et al* 2019).

Nyeri bahu merupakan keluhan terbanyak nyeri *musculoskeletal* setelah nyeri punggung dan nyeri leher pada pembatik. Pada pengrajin batik gangguan *musculoskeletal* pada bahu 95% sertangan dan punggung bawah 85%. Hasil analisisnya menunjukkan keluhan *musculoskeletal* terjadi karena durasi kerja dan melakukan pekerjaan yang melibatkan postur tubuh yang canggung. Membatik merupakan kegiatan yang melibatkan seluruh anggota tubuh. Terutama pada saat mencanting anggota tubuh yang sangat dominan bergerak yaitu bahu. Perusahaan pada umumnya kurang memperhatikan kaidah keamanan dan kesehatan kerja. Salah satu masalah yang dialami yaitu risiko gangguan *musculoskeletal*. Kebanyakan keluhan nyeri bahu terjadi pada pengrajin batik di karenakan lingkungan kerja yang tidak memenuhi syarat, sikap kerja yang tidak alamiah, alat dan sarana kerja yang tidak sesuai dengan pemakaiannya juga merupakan masalah yang sering muncul. Upaya yang dapat dicapai dengan penerapan *ergonomic* di tempat kerja (Ramadhiani, *et al* 2017). Dalam wawancara yang saya lakukan keluhan terbanyak pada nyeri bahu dan nyeri leher, karena kerja yang monoton setiap hari selama 8 jam dan waktu untuk beristirahat hanya selama 1 jam setiap hari.

Gangguan bahu merupakan salah satu penyakit akibat kerja yang memiliki prevalensi cukup tinggi. Gangguan *musculoskeletal* dapat terjadi pada ekstremitas atas dan ekstremitas bawah. Salah satu gangguan *musculoskeletal* yang sering ditemukan pada pekerja adalah nyeri bahu. Otot

bahu yang sering melakukan pekerjaan yang statis akan sering mengalami keluhan nyeri yang cukup tinggi(Silvi, *et al* 2017).

Myofascial release adalah suatu ilmu untuk mengobati dengan manipulasi yang sistematis. Pada umumnya prosedur yang biasanya dikerjakan dengan tangan. *Myofascial release* mengacu pada teknik pijat untuk peregangan *fascia* dan melepaskan ikatan antar *fascia* dan integumen, otot, tulang dengan tujuan untuk meningkatkan jangkauan gerak dan menyeimbangkan tubuh (Septiani, 2016:2-3).

Peningkatan gerakan *fascia* merupakan tujuan utama dari *myofascial release* telah digambarkan sebagai istilah umum untuk berbagai macam teknik terapi manual dimana tekanan diberikan pada otot dan *fascia*. Pelepasan *self-myofascial* adalah jenis *myofascial release* yang dilakukan oleh individu itu sendiri dan bukan oleh dokter, sering menggunakan alat. Alat yang paling umum digunakan untuk *self-myofascial release* adalah *roller busa* dan *roller pijat*(Elseiver, *et al* 2017).

Berdasarkan penelitian Ramadhania (2017) penyebab utama dari nyeri *shoulder pain* yaitu pekerjaan yang statis dan berulang-ulang selama 8 jam sehari dengan waktu istirahat 1 jam. Oleh karena itu komunikasi, informasi, edukasi (KIE) dapat menjadi alternative media kepada fisioterapis untuk menjadi dasar pemberian intervensi kepada pasien, karena pada umumnya fisioterapis hanya mendapat informasi dari media elektronik dan cetak. Sehingga penulis tertarik menggunakan metode KIE melalui media *booklet*(Tindaon 2016).

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk mengangkat topik berupa pemberian metode *Myofascial Release* terhadap *Shoulder Pain* pada Pengrajin Batik melalui media KIE berupa *booklet*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka didapatkan rumusan masalah yaitu “Pemberian metode *Myofascial Release* untuk mengurangi nyeri terhadap *Shoulder Pain* pada Pengrajin Batik melalui media KIE berupa *booklet*?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Sebagai media informasi mengenai metode *myofascial release* untuk mengurangi nyeri terhadap *Shoulder Pain* pada Pengrajin Batik melalui media KIE berupa *booklet*.

2. Tujuan Khusus

- a. Menyampaikan informasi mengenai metode *myofascial release* untuk mengurangi nyeri terhadap *Shoulder Pain* melalui media KIE berupa *booklet*.
- b. Memudahkan dalam penerapan metode *myofascial release* untuk mengurangi nyeri terhadap *Shoulder Pain* pada Pengrajin Batik melalui media KIE berupa *booklet*.

D. Manfaat

1. Bagi Penulis

Menambah pengalaman dan wawasan peneliti dalam membuat suatu produk rehabilitatif dengan metode *booklet* yang diharapkan dapat menjadi pegangan para fisioterapis dan mahasiswa fisioterapi.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menambah referensi penatalaksanaan fisioterapi mengenai penggunaan metode *myofascial release* untuk mengurangi nyeri pada *Shoulder*.

3. Bagi Ilmu Pengetahuan

Diharapkan dapat menjadi salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang fisioterapi tentang penggunaan metode *myofascial release* untuk mengurangi nyeri pada *Shoulder*.

4. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat digunakan sebagai media informasi dan edukasi mengenai tindakan yang diberikan untuk mengurangi nyeri pada *Shoulder*

E. Keutamaan *Project*

Keutamaan dari *project* ini adalah upaya untuk mengurangi nyeri pada *Shoulder*. Berdasarkan literatur yang didapatkan oleh penulis bahwa metode penggunaan *myofascial release* dapat mengurangi nyeri pada *Shoulder*, belum

ada media KIE yang menampilkan tentang metode penggunaan *myofascial release* untuk mengurangi nyeri pada *shoulder* maka dari itu penulis memberikan inovasi melalui media KIE yang dibuat berupa *booklet* supaya dapat menerapkan latihan tersebut melalui media *booklet* yang telah dibuat oleh penulis. Maka *booklet* yang dibuat oleh penulis sangat mudah dipahami karena isinya singkat, pada, jelas, dan menampilkan gambar setiap latihannya.

F. LUARAN

Luaran yang dihasilkan adalah media *booklet* yang diproduksi sebagai pelaksanaan kesehatan dalam rangka untuk memberikan tata cara pelaksanaan untuk mengurangi nyeri pada *Shoulder*.