

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan internet di tengah-tengah pertumbuhan penduduk yang pesat dibutuhkan untuk memenuhi kebutuhan mereka. Jasa transportasi berbasis aplikasi *online* yang menggunakan internet sangat di butuhkan untuk satu bisnis yang sedang berkembang saat ini adalah bisnis jasa transportasi dengan sepeda motor konvensional dan kepemilikan tunggal, sekarang muncul bisnis baru taxi motor yaitu suatu usaha komersial, yang menyediakan jasa transportasi bagi umum dan dikelola secara profesional.

Perusahaan ojek *online* yang meningkat pesat yaitu gojek, gojek merupakan perusahaan yang didirikan oleh anak bangsa yang bernama Nadiem Makarim bersama Michaelangelo Moran pada bulan Maret 2014, yang bertujuan untuk mengurangi pengaguran di Indonesia dan menjadi solusi kemacetan di ibukota. Cara kerja gojek yaitu menggunakan aplikasi yang terhubung dengan internet. Para pelanggan tidak perlu menunggu di pinggir jalan atau mendatangi pangkalan ojek. Pemesanan melalui aplikasi gojek sesuai kebutuhan. Gojek siap melayani pelanggan yang berada dimana saja (Rifaldi 2016). Pada beberapa kasus, *driver* gojek sering mengeluhkan masalah kesehatan akibat dari berkendara motor terlalu lama misalnya gangguan nyeri punggung bawah, pergelangan tangan dan otot sekitar leher. Adapun faktor yang membuat nyeri pada otot sekitar leher adalah *forward head position* dimana posisi kepala dan leher lebih maju ke depan sehingga dapat membebani otot yaitu *muscle upper trapezius*, kemudian bentuk tubuh yang skoliosis dan duduk yang tidak ergonomis menyebabkan nyeri pada otot *upper trapezius* karena di lakukan dalam aktivitas duduk yang lama dengan durasi waktu lebih dari 4 jam (Mediastama, *et al*, 2014)

Nyeri leher merupakan salah satu masalah umum yang di keluhkan oleh masyarakat. Prevalensinya di perkirakan 0,4% sampai 86,8% (rata-rata 23,1%) dari seluruh populasi (Carlesso, 2014). Di sebutkan dalam penelitian Khan,

2015, menjelaskan bahwa spasme *cervical* dan nyeri *upper trapezius* merupakan salah satu penyakit *musculoskeletal* umum 30%-50% setiap orang pertahun pernah mengalaminya.

Berdasarkan penelitian yang di lakukan oleh Nurdin Bakhtiyar, 2014 dengan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Kinesio Taping* Terhadap *Muscle Pain Upper trapezius* Pada Karyawan Sopir Bus Damri Di Surakarta.” Hasil penelitian menunjukan bahwa ada pengaruh *kinesio taping* terhadap *muscle pain upper trapezius* karyawan sopir bus DAMRI di Surakarta. Kemudian penelitian oleh Endah Noor Cahyo Wulan , 2017 dengan judul Perbedaan “Pengaruh Penambahan *Tens* Pada *Deep Friction Massage* Terhadap Peningkatan Fungsional Pada *Sindroma Upper Trapezius* Pada Mahasiswa Fisioterapi UNISA,” di dapatkan hasil penelitian ada pengaruh penambahan *tens* pada *deep friction massage* terhadap peningkatan fungsional pada *sindroma upper trapezius* pada mahasiswa fisioterapi UNISA (Universitas ‘Aisyiyah).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada pengendara gojek Pedaringan Kentingan Jebres. Diketahui 14 dari 21 pengendara gojek memiliki keluhan nyeri pada *upper trapezius*. Oleh karena itu penulis tertarik melakukan penelitian tentang Pengaruh *Auto Stretching* pada Nyeri *Upper Trapezius* Pengendara Motor Gojek Pedaringan Kentingan Jebres Surakarta. Kasus tersebut di perlukan tenaga kesehatan untuk membantu pemulihan kondisi fungsional. Agar aktifitas sehari-hari tidak terganggu salah satu tenaga kesehatan yang berperan untuk meningkatkan gerak dan fungsi adalah fisioterapi. Dengan intervensi *stretching*, *massage* penggunaan inframerah dan kombinasi intervensi fisioterapi dapat lainnya dapat membantu dalam keluhan nyeri *musculoskeletal* tapi disini penliti melakukan menggunakan satu intervensi yaitu *stretching*. Ada lima bentuk *stretching* yang dapat di gunakan untuk mengurangi nyeri, spasme dan *fleksibilitas* otot yaitu *static*, *ballistic*, *passive*, *active* atau *auto* dan teknik *proprioceptive neuromuscular facilitation*. Penulis membatasi pembahasan pada *auto stretching* saja. Berdasarkan latar belakang masalah ini penulis melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Auto*

Stretching Terhadap Penurunan Nyeri Upper Trapezius pada Pengendara Motor Gojek di Pedaringan Jebres Surakarata”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan di atas, maka dapat di rumuskan permasalahan sebagai berikut “Adakah Pengaruh *Auto Stretching Terhadap Penurunan Nyeri Upper Trapezius pada Pengendara Motor Gojek di Pedaringan Jebres Surakarata* ?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Bertujuan untuk mengetahui pengaruh *auto stretching* pada nyeri *upper trapezius* terhadap pengendara motor komunitas Gojek Solo Pedaringan Kentingan Jebres.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengetahui adanya *trigger point* pada otot *upper trapezius*
- b) Mengetahui tingkat nyeri *upper trapezius* sebelum di berikan *auto stretching*
- c) Menganalisis tingkat nyeri *upper trapezius* sesudah di berikan *auto stretching*

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat yang di harapkan pada penelitian adalah;

Menambah pengetahuan peneliti lebih dalam tentang pengaruh *auto stretching* terhadap nyeri *upper trapezius*

2. Bagi pengembangan ilmu

Menambah pengetahuan tentang gambaran secara teoritis pengaruh *auto stretching* pada otot *upper trapezius*

3. Bagi institusi pendidikan

Dapat memberikan data atau informasi tentang salah satu intervensi untuk mengatasi nyeri karena dalam posisi *myostatic* terlalu lama pada *upper trapezius* sehingga dapat menjadi bahan masukan terhadap proses pembelajaran di dalam pendidikan

4. Bagi masyarakat umum
 - a) Dapat memberikan informasi tentang pengaruh *auto stretching* terhadap nyeri otot *upper trapezius*
 - b) Dapat memberikan informasi tentang gangguan yang di alami jika terlalu lama berkendara motor dengan posisi duduk yang tidak *ergonomis*

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian oleh Sugijanto dan Bimantoro (2008) dengan penelitian yang berjudul “Perbedaan Pengaruh Pemberian *Ultrasound* dan *Manual Longitudinal Muscle Stretching* dengan *Ultrasound* dan Kondisi *Sindroma Miofasial Otot Upper Trapezius*” Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan pengaruh pemberian intervensi *Ultrasound* dan *auto stretching* terhadap pengurangan nyeri pada *upper trapezius*. Jumlah responden 30 menggunakan alat ukur VAS (*Visual Analog Scale*). Pada penelitian ini di bagi menjadi dua kelompok. **Persamaan;** Sama bertujuan mengurangi nyeri pada otot *upper trapezius* sama menggunakan *stretching*. **Perbedaan;** Dalam lokasi penelitian, intervensi dan responden.
2. Penelitian oleh Maya Amalia Irianto (2016) dengan penelitian yang berjudul “Perbedaan Pengaruh *Active Dynamic Neck Exercise* Dengan *Contact Relax Stretching* Terhadap Nyeri Leher pada *Myofascial Otot Upper Trapezius Syndrome*” penelitian menggunakan *experimental* dengan *pretest* dan *posttest group exercise* yang berjumlah 6 orang selama 3 dan 4 minggu dengan frekuensi 3 kali seminggu. Pengukuran nilai nyeri menggunakan VAS. **Persamaan;** Sama bertujuan mengurangi nyeri pada otot *upper trapezius*. **Perbedaan;** Dalam lokasi penelitian, jenis intervensi dan responden, banyak kelompok.
3. Penelitian oleh Makmuriyah dan Sugijanto (2013) dengan penelitian yang berjudul “*Iontophoreses Diclofenac* Lebih Efektif di Bandingkan *Ultrasound* Terhadap Pengurangan Nyeri Pada *Myofascial Syndrome Musculus upper trapezius*”. Metode penelitian *exspremental* untu

mengetahui beda efek intervensi *ultrasound diclofenac* dengan *iontophoreses* Sempel terdiri dari 16 orang usia 16-35 tahun memiliki dua kelompok responden. Responden di ambil dari Klinik Fisioterapi Universitas Esa Unggul. **Persamaan;** Sama bertujuan mengurangi nyeri pada otot *upper trapezius*. **Perbedaan;** beerbeda dalam lokasi penelitian, interverensi dan responden.