

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

*Musculoskeletal Disorders (MSDs)* adalah cedera atau nyeri dan gangguan yang mempengaruhi gerakan tubuh manusia atau sistem muskuloskeletal (Laksana and Srisantyorini, 2019). Berdasarkan data *European Occupational Diseases Statistics*, MSDs dan *carpal tunnel syndrome* merupakan 59% penyakit yang sering dialami pekerja di dunia kerja (ILO, 2013). Berdasarkan data prevalensi *neck pain* di rentang dunia dari 16,7% menjadi 75,1% (Genebra *et al.*, 2017). Selain itu, Penelitian di Malaysia melaporkan bahwa ada 51% dari total responden mengalami *neck pain myofascial*. Sedangkan, di Indonesia sekitar 16,6 % pouplulasi orang dewasa mengeluhkan nyeri leher setiap tahunnya (Situmorang, *et al.*, 2020). Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Dhari, Muliarta dan Adiputra pada pengrajin batik di industri batik Yogyakarta menunjukkan bahwa lebih dari 60% pekerja batik memiliki Musculoskeletal Disorders. Menurut Marfuah (2018), Musculoskeletal Disorders dialami oleh 22% pekerja batik di Batik Tulis Giriloyo, Yogyakarta.

Menurut Koentjaraningrat (2015) kebudayaan diartikan sebagai keseluruhan gagasan dan karya manusia yang harus dibiasakannya dengan belajar, beserta keseluruhan dari hasil budi dan karyanya itu. Kebudayaan pada hekekatnya mempunyai jiwa yang akan terus hidup, karena kebudayaan terus mengalir pada diri manusia dalam kehidupannya. Kebudayaan akan terus tercipta, dari tempat ketempat, dari individu ke individu dan dari masa ke masa. Berdasarkan pendapat Koentjaraningrat diatas menggambarkan bahwa kebudayaan selalu akan mengalami perubahan-perubahan dari waktu ke waktu sehingga masyarakat yang memiliki kebudayaan itu harus tetap mengenal, memelihara dan melestarikan kebudayaan yang dimiliki agar setiap perubahan yang terjadi tidak menghilangkan karakter asli dari kebudayaan itu sendiri.

Kain Batik merupakan salah satu kekayaan budaya Indonesia yang tak ternilai harganya. Sejak 2 Oktober 2009 UNESCO menetapkan batik sebagai warisan kebudayaan asli Indonesia. Pengakuan Internasional membuat Bangsa

Indonesia bangga akan budaya batik dan tetap melestarikan keberadaan batik dengan semakin luas di Nusantara. Sebagai upaya untuk menjaga kelestarian budaya batik dengan mewujudkan kecintaan pada batik dalam menggunakannya sebagai busana. Perkembangan batik semakin pesat dan memunculkan motif – motif batik yang beragam sehingga mudah dalam pemilihan corak batik sebagai busana. Selain itu upaya menunjukkan kecintaan pada batik adalah dengan mengetahui jenis – jenis kemudian mengetahui akan sejarah batik dan mengetahui cara membatik. Batik merupakan budaya yang berasal dari tanah Jawa yakni Yogyakarta dan akhirnya menyebar keseluruh daerah Jawa Tengah seperti Pekalongan, Magelang, dan daerah lainnya. Seiring dengan perkembangan jaman busana batik semakin muncul dengan berbagai jenis corak dan juga desain pakaian yang cantik dan menarik (William, 2022).

Orang yang merasakan keluhan muskuloskeletal berawal dari kebiasaan yang dilakukan selama bekerja. Jika postur kerja yang dilakukan tidak tepat dan dipertahankan dalam durasi yang relatif lama, maka dapat memicu timbulnya keluhan muskuloskeletal (Alfara *et al*, 2017). Lama mempertahankan postur kerja dapat juga diartikan sebagai lamanya waktu / durasi paparan terhadap faktor risiko. Semakin lama durasi paparan akan meningkatkan risiko cedera yang akan terjadi (Octaviani, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan yang dilakukan di Kampung Batik Laweyan Surakarta, didapatkan informasi mengenai waktu kerja para pengrajin batik. Dalam sehari mereka bekerja selama kurang lebih 8 jam dengan waktu istirahat selama 1 jam dan 6 hari per minggu. Para pekerja batik tersebut bekerja dalam posisi yang bermacam-macam, meliputi posisi duduk dengan kepala sedikit menunduk, berdiri, dan membungkuk yang dikerjakan dalam jangka waktu yang panjang dan berulang. Posisi seperti ini akan mengakibatkan ketegangan otot yang kemudian menimbulkan keluhan pada sistem muskuloskeletal. Selain mendapatkan informasi mengenai waktu kerja para pengrajin, didapatkan bahwa 65% dari total 25 responden mengalami keluhan nyeri leher, 25% nyeri punggung, 5% di daerah pinggang, dan 5% mengalami keluhan di bagian tubuh lainnya. Para pekerja yang mengalami nyeri leher, secara

otomatis akan membatasi pergerakan di sekitar leher yang dapat menimbulkan nyeri. Akibatnya banyak pekerja yang mengalami penurunan kinerja dalam bekerja, penurunan kualitas kerja serta gangguan aktivitas sehari-hari. Setelah peneliti melakukan pemeriksaan singkat, didapatkan bahwa ada beberapa otot mengalami spasme seperti *m.longissimus capitis*, *m.semispinalis capitis*, *m.semispinalis cervicis*, *upper trapezius*, *levator scapula* dan *m.splenius capitis* (Areani, 2018).

Modalitas terapi yang dapat diberikan kepada penderita muskuloskeletal yakni latihan peregangan (*stretching exercise*) terapi yang diminati karena dapat menurunkan kekakuan otot dengan memanjangkan muskulotendinous sehingga dapat mengurangi rasa sakit dan meningkatkan fleksibilitas (Tunwattanapong *et al.*, 2016). *Myofascial release* (MFR) teknik terapi yang menerapkan tekanan lembut dan peregangan yang bertujuan untuk mengembalikan panjang otot, mengurangi rasa sakit, dan untuk mengurangi stres, ketegangan, penggunaan berulang, dan nyeri akibat *traumatic*. MFR memberikan efek seperti peningkatan ROM, meningkatkan biomekanik sendi, peningkatan perluasan jaringan lunak dan penurunan yang signifikan terhadap nyeri dan tonus otot (Ramezani & Arab, 2017).

Berdasarkan permasalahan di atas, maka para pembatik perlu melakukan latihan peregangan dan pemijatan otot yang kaku untuk mengurangi nyeri leher. Otot leher yang menunduk statis dan berulang-ulang dapat menyebabkan otot menegang yang akan menyebabkan nyeri, sehingga fisioterapis sangat berperan dalam penurunan nyeri leher (Falah, 2018). Fisioterapi berperan penting dalam kesehatan muskuloskeletal, dimana peran fisioterapi sesuai Peraturan Pemerintah Nomor 80 Tahun 2013 tentang Penyelenggaraan Pekerjaan dan Praktik Fisioterapis yang menyatakan bahwa fisioterapi adalah bentuk pelayanan kesehatan yang ditujukan kepada individu dan/atau kelompok untuk mengembangkan, memelihara dan memulihkan gerak dan fungsi tubuh sepanjang rentang kehidupan dengan menggunakan penanganan secara manual, peningkatan gerak, peralatan, pelatihan fungsi, komunikasi. Salah satu intervensi yang dapat diberikan untuk mengatasi nyeri leher adalah *Stretching exercise* dan *myofasial*

*release* (Dhamaisa, 2021). Untuk menjawab masalah yang telah di paparkan perlunya peran media informasi berupa KIE( Komunikasi Informasi dan Edukasi). Tujuan media KIE untuk membantu para pembatik mengurangi nyeri leher. Manfaat KIE buku saku diharapkan dapat menjadi alat atau media romosi edukasi praktisi fisioterapi kepada pembatik terkait cara melakukan *stretching exercise* dan *myofascial release* untuk mengurangi nyeri leher.