

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia merupakan suatu tahap pada perjalanan hidup manusia dari lahir hingga mencapai usia lebih dari 60 tahun. Secara keseluruhan, lansia akan mengalami adanya penurunan biologis yang terjadi. Adanya penurunan masa tulang dan otot sehingga akan menyebabkan suatu permasalahan pada lansia (Hatefi et al., 2021). Menurut WHO, (2013), klasifikasi lansia adalah sebagai berikut: usia pertengahan (*middle age*), yaitu kelompok usia 45-54 tahun, lansia (*elderly*), yaitu kelompok usia 60-65 tahun, lansia muda (*young old*), yaitu kelompok usia 66-74 tahun, lansia tua (*told*), yaitu kelompok usia 75-90 tahun, dan lansia sangat tua (*very old*), yaitu kelompok usia lebih dari 90 tahun.

Penurunan atau permasalahan yang di alami oleh lansia ada berbagai macam antara lain penurunan jumlah sel, sistem kardiovaskuler, sistem pernapasan, sistem gastrointestinal, sistem endokrin dan sistem *musculoskeletal* (Kurnia, 2019). Gangguan muskuloskeletal adalah gangguan yang melibatkan otot skeletal yang berhubungan dengan frekuensi secara berulang (*repetitive*). Keadaan yang dilakukan secara berulang atau *repetitive* akan menyebabkan munculnya keluhan yang disebabkan oleh gangguan dan kerusakan yang mencakup struktur dalam sistem *musculoskeletal* seperti tulang, sendi, ligamen dan tendon (Tandirerung, 2022). WHO mengidentifikasi terdapat empat gangguan *musculoskeletal* pada lansia antara lain: *low back pain (lbp)*, *osteoarthritis (OA)*, *rheumatoid arthritis (RA)*, dan *osteoporosis* (Romadhoni et al., 2021).

Prevalensi *low back pain (LBP)* paling banyak dilaporkan akibat sering melakukan aktivitas pekerjaan dengan kisaran 1,4%-20%. LBP menjadi penyumbang pertama penyebab terjadinya kecacatan global melalui pengukuran *years lived with disability (YLD)* (Sitohang & Sinurat, 2021). *Low back pain (LBP)* myogenik di Indonesia secara keseluruhan

belum ada data yang jelas, namun di Jawa Tengah dengan penduduk sekitar 40% yang berusia diatas 65 tahun dengan prevalensi 18,2% pada laki-laki dan 13,6% perempuan menderita *low back pain (LBP) myogenic*. Di Inggris ditemukan sekitar 84% laki-laki dan 74% perempuan yang menderita *spondylosis* pada usia diatas 60 tahun. Sedangkan di Indonesia data yang menunjukkan penderita *spondylosis* masih belum jelas kepastiannya (Sriram, 2022). Di Switzerland penderita *spondylolisthesis* memiliki perbandingan 6:1 pada perempuan dan laki-laki, sekitar 2,1% laki-laki dan 8,1% perempuan yang terkena *spondylolisthesis* diusia lebih dari 60 tahun (Akkawi & Zmerly, 2021). *Spondylosis lumbalis* merupakan suatu penyakit degeneratif pada manusia yang terjadi pada bagian korpus vertebra atau diskus intervertebralis yang menyebabkan peradangan atau iritasi pada persendian. Keluhan-keluhan yang dialami bersifat *asimptomatik* (tanpa gejala) dan *simptomatik* (muncul keluhan/gejala) dengan gejala yang muncul seperti nyeri punggung, spasme otot, dan keterbatasan gerak (Prasetyo et al, 2021).

Fisioterapi sebagai tenaga kesehatan memiliki peran untuk mengurangi nyeri pada kasus *low back pain et causa spondylosis*. Salah satunya menggunakan intervensi *Slump stretching exercise* dan *static spine exercise*. *slump Stretch Exercise* merupakan suatu teknik peregangan yang dapat mengurangi adhesi antara jaringan saraf dan jaringan ikat. Selain itu, *slump stretching exercise* dapat mengurangi impuls antidromik yang dihasilkan dari serabut C sehingga yang menyebabkan pelepasan neuropeptida dan inflamasi yang disuplai oleh saraf sehingga menurunkan nyeri pada *low back pain (LBP)* (Pourahmadi et al., 2019). Sedangkan *Static Spinal Exercise* dimana pada penelitian ini menggunakan teknik *pelvic tilt exercise* merupakan latihan mobilitas yang digunakan untuk memperkuat atau meningkatkan fleksibilitas otot. Terdapat dua otot yaitu *otot transversus abdominis* dan *otot multifidus* yang memiliki peran sebagai stabilisator lumbal sehingga saat teraktivasinya kedua otot tersebut otot antagonis dan agonis akan seimbang maka nyeri menjadi berkurang serta meningkatkan kemampuan fungsional (Amelya et al., 2024).

Sedangkan, yang ada di RSUI Yakssi Gemolong dari 365 kasus di Poli Fisioterapi. Per Maret 2024 – April 2024 terdapat 66 kasus *spondylosis lumbalis* pada lansia Berdasarkan latar belakang masalah di atas, penulis tertarik untuk mengetahui pengaruh pemberian *slump stretching exercise* dan *Static Spinal Exercise* terhadap manajemen nyeri pada penderita *low back pain spondylosis*.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah:

1. Adakah pengaruh pemberian *slump stretching exercise* dan *Static Spinal Exercise* terhadap manajemen nyeri pada penderita *low back pain spondylosis*?”.
2. Adakah pengaruh pemberian Intervensi Rumah Sakit (TENS dan SWD) terhadap manajemen nyeri pada penderita *low back pain spondylosis*?”.
3. Adakah beda pengaruh pemberian *slump stretching exercise* dan *Static Spinal Exercise* disertai intervensi rumah sakit dengan pemberian intervensi rumah sakit berupa TENS dan SWD?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian *slump stretching exercise* dan *statis spinal exercise* terhadap manajemen nyeri pada *low back pain spondylosis*.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui skor nyeri sebelum dan sesudah diberikan *slump stretching exercise* dan *Static Spinal Exercise* pada *low back pain spondylosis*.
- b. Untuk menganalisa perbedaan pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan *slump stretching exercise* dan *Static Spinal Exercise* terhadap penderita *low back pain spondylosis*.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian tersebut diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan peneliti, menambah pengetahuan bagi peneliti tentang tata cara penelitian, pengetahuan dalam rangka kegiatan penelitian dan memperoleh pengalaman dalam melakukan penelitian.

2. Bagi Masyarakat Lansia

Diharapkan dapat memberikan informasi tentang cara mengurangi nyeri *low back pain spondylosis* dengan *slump stretching exercise* dan *static spinal exercise*.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menambah referensi bagi institusi pendidikan tentang pengaruh *slump stretching exercise* dan *Static Spinal Exercise* terhadap pengurangan nyeri *low back pain spondylosis*.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Ega Amelya, Okky Zubairi A, Deny Setiawan, Bayu Kurniawa, Firdausi Kahfi M.	Pengaruh Modalitas TENS dan Pelvic Tilting Exercise terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah	Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan diteliti adalah modalitas TENS untuk mengurangi nyeri menggunakan teknik <i>pelvic tilt</i>	Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan diteliti adalah modalitas TENS untuk mengurangi nyeri punggung bawah.
2.	Aqsa Irshad,	<i>Effect Of Mulligan</i>	Persamaan penelitian	Perbedaan penelitian tersebut dengan

Naveed Anwar, Muzammal Ahmad, Kehkshan Khalid, Aqsa Ilyas, Maria Sohail	<i>Traction Leg Raise Versus Slump Stretching On Pain And Functional Disability In Lumbar Radiculopaty</i>	tersebut dengan penelitian yang akan diteliti adalah menggunakan teknik <i>slump stretching</i> untuk mengurangi nyeri pinggang bawah	penelitian yang akan diteliti adalah menggunakan teknik <i>slump stretching</i> untuk meningkatkan functional pada radiculopaty lumbar
3. Willy Yataro Poluan dan Djohan Aras	Pengaruh Mobilisasi Saraf Terhadap Perubahan Nilai Nyeri Pada Penderita <i>Myogenik Low Back Pain</i>	Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan diteliti adalah menggunakan teknik <i>slump stretching</i> untuk mengurangi nyeri pada punggung.	Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan diteliti adalah teknik <i>slump stretching</i> digunakan untuk mengurangi nyeri pada <i>myogenik low back pain</i> sedangkan yang akan diteliti adalah <i>low back pain spondylosis</i>
