

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pengrajin batik atau pembatik merupakan sebutan untuk orang yang pekerjaannya membuat kain batik. Berdasarkan hal tersebut batik identik dengan suatu teknik atau proses yang dimulai dengan penggambaran motif atau pelorodan (Pengrajin & Di, 2023).

Kegiatan membatik yang paling tua adalah kegiatan membatik menggunakan batik tulis. Proses untuk melakukannya dibagi menjadi 5 proses. Proses yang pertama membuat pola pada kain, proses yang kedua menyediakan malam yang meleleh, proses yang ketiga menggambar dengan menggunakan canting berisi malam yang meleleh, proses keempat mengeringkan malam yang menempel pada kain, proses kelima melepas malam yang mengering menggunakan air panas dan kemudian akan muncul pola batik yang telah dibuat secara rapi. Sehingga diperlukan ketekunan, ketelitian dan kesabaran yang harus diapresiasi. Dalam proses yang panjang tersebut kegiatan membatik juga menimbulkan salah satu penyakit pada gangguan disabilitas yaitu pekerjaan yang banyak duduk salah satu faktor terjadinya nyeri punggung bawah (Rahmanita *et al.*, 2020).

Secara global nyeri punggung bawah merupakan salah satu penyakit yang berkontribusi besar pada gangguan disabilitas. Faktor pekerjaan ialah persoalan utama di *ergonomy*. Pekerjaan yang banyak duduk (*sendetery job*) merupakan salah satu faktor terjadinya nyeri punggung bawah. Posisi ketika bekerja menjadi pengrajin batik yang terlalu monoton mengakibatkan sebagian besar pengrajin batik di Kampung Batik Laweyan mengeluh nyeri punggung bawah (Pristianto *et al.*, 2022).

World Health Organization (WHO) (2020) menyatakan bahwa, kejadian nyeri punggung bawah atau *low back pain* adalah 619 juta orang di seluruh dunia dan diperkirakan jumlahnya akan meningkat menjadi 843

juta kasus pada tahun 2050 yang sebagian besar disebarkan oleh perluasan populasi dan penuaan. Pada Amerika Serikat terdapat lebih dari 500.000 pasien dengan nyeri punggung bawah antara usia 18 dan 56 tahun, dalam 5 tahun terakhir pasien nyeri punggung bawah meningkat 5%. Laporan WHO ini memberikan gambaran secara umum bahwa nyeri punggung bawah dialami pada semua usia setidaknya sekali dalam hidupnya. Jumlah kasus nyeri punggung bawah tertinggi terjadi pada usia 50- 55 tahun dan lebih banyak terjadi pada wanita.

Angka kejadian nyeri punggung bawah di Indonesia pada pekerja industri yaitu sebanyak 2- 5% (Mastuti & Husain, 2023). Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2018, prevalensi penyakit muskuloskeletal di Indonesia yang pernah didiagnosis oleh tenaga kesehatan yaitu sebesar 11,9% dengan besarnya gejala yaitu 24,7%. Sedangkan penderita nyeri punggung bawah di Indonesia sebanyak 3,71% dan di Indonesia menduduki peringkat ke-2 setelah influenza.

Provinsi Jawa Tengah jumlah prevalensi nyeri punggung bawah data dari DINKES (2022) kejadian nyeri punggung bawah di Jawa Tengah berjumlah 314.492 orang. Diperkirakan 40% dari penduduk Jawa Tengah berusia 20-65 tahun menderita nyeri punggung bawah prevalensi laki-laki 18,2% dan perempuan 13,6%.

Berdasarkan Dinas Kesehatan Kota Solo (2023) prevalensi nyeri punggung bawah menjadi penyakit yang banyak diderita oleh masyarakat Kecamatan Laweyan berjumlah 1034 orang pada tahun 2022-2023. Data dari Kecamatan Laweyan tahun 2022 yang mengalami nyeri punggung bawah pada usia 15-59 tahun berjumlah 225 orang, dan yang berusia >59 tahun berjumlah 203 orang yang dilihat dari data kebanyakan berjenis kelamin perempuan. Sedangkan pada tahun 2023 yang mengalami nyeri punggung bawah pada usia produktif yaitu 15-59 tahun berjumlah 333 orang dan yang berusia >59 tahun berjumlah 273 orang yang dilihat dari data kebanyakan berjenis kelamin perempuan.

Nyeri punggung bawah merupakan pembebanan atau distorsi mekanik seperti posisi duduk yang terlalu lama (Tuhuteru *et al.*, 2021). Dampak dari nyeri punggung bawah antara lain penurunan kemampuan dalam beraktivitas sehari-hari, adanya hambatan dari duduk ke berdiri, berjongkok, berjalan dan lain-lain (Nazhira *et al.*, 2023). Maka sebaiknya dilakukan cara untuk mengurangi nyeri punggung bawah.

Banyak cara untuk menghilangkan atau menurunkan nyeri punggung bawah antara lain dengan terapi farmakologi dan *non farmakologi*. Terapi farmakologi yaitu agen *anti inflamasi non steroid* (OAINS), analgetik, pelepas otot, dan kortikosteroid oral. Ada beberapa terapi *non farmakologi* dalam mengatasi nyeri punggung bawah berupa latihan menggunakan metode *William Flexion Exercise* dan *Mc Kenzie Exercise* (Humairah *et al.*, 2022).

Salah satu cara untuk mengurangi nyeri pada punggung bawah yaitu dengan menggunakan teknik *Mc Kenzie Exercise*. *Mc Kenzie Exercise* merupakan jenis *back exercise* yang mudah dilakukan, meningkatkan *Range of Movement*, menurunkan intensitas nyeri punggung bawah, dan menurunkan disabilitas (Triyanita *et al.*, 2022).

Mc Kenzie Exercise merupakan salah satu teknik latihan yang digunakan untuk menurunkan nyeri punggung bawah yang berfungsi untuk meningkatkan mobilitas tulang belakang, memperbaiki postur, dan memberikan efek relaksasi pada otot yang spasme sehingga mengurangi nyeri punggung serta mengembalikan fungsi normal pada lumbal (Efendi & Halimah, 2023).

Beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa, terapi *Mc Kenzie Exercise* ini memiliki pengaruh terhadap nyeri punggung bawah. Penelitian yang dilakukan oleh Efendi & Halimah, (2023) pemberian terapi *Mc Kenzie Exercise* dengan menggunakan skala VAS dapat menurunkan nyeri pada pasien nyeri punggung bawah miogenik dari skala 7 turun menjadi skala 2. Dapat disimpulkan bahwa latihan *Mc Kenzie Exercise* dapat berpengaruh terhadap penurunan rasa nyeri punggung bawah.

Penelitian yang dilakukan oleh Thrisminarsih *et al.*,(2023) pada 20 penderita LBP miogenik di RS Semen Gresik menggunakan skala NRS sebelum dilakukan latihan *Mc Kenzie Exercise 5* (25%) orang mengalami nyeri ringan dan 15 (75%) orang mengalami nyeri sedang, setelah dilakukan latihan *Mc Kenzie Exercise* ada 6 (30%) orang tidak nyeri, 13 (65%) nyeri ringan, dan 1 (5%) nyeri sedang. Dapat disimpulkan bahwa latihan *Mc Kenzie Exercise* berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan rasa nyeri dengan pasien LBP.

Numeric Rating Scale (NRS) merupakan skala yang digunakan untuk mengetahui intensitas dan derajat nyeri yang memiliki penilaian numerik pada nyeri secara keseluruhan dengan nilai rata-rata yang memiliki korelasi sedang satu sama lain (Febriany *et al.*, 2023). Sehingga dalam penelitian ini saya menggunakan skala NRS karena memiliki nilai validitas, reliabilitas, daya tanggap dan interpretasi yang cukup dan secara inheren layak sebagai item tunggal untuk digunakan dalam uji klinis dan praktis.

Kampung Batik Laweyan merupakan salah satu pusat sentra batik di Solo selain Kampung Batik Kauman. Disebut salah satu sentra Batik di Solo karena dahulu mayoritas penduduknya bekerja sebagai pengrajin batik. Sehingga sampai sekarang Laweyan menjadi salah satu Destinasi wisata yang dimiliki Kota Solo. Berikut ini beberapa nama-nama batik di Kampung Batik Laweyan antara lain:

Tabel 1. 1 Nama Tempat Produksi Batik dan Jumlah LBP di Laweyan

No.	Nama Batik	Jumlah Karyawan	Jumlah LBP
1.	Batik Gunasti Laweyan	15	13
2.	Batik Pandono Abstrak	20	20
3.	Batik Puspa Kencana	15	10
4.	Batik Putra Laweyan	20	18
5.	Batik Mahkota	10	7
6.	Batik Marin Laweyan	10	8
7.	Batik Anom Laweyan	8	8
8.	Batik Turuntum Laweyan	7	6
9.	Batik Halus Puspa	7	5
10.	Batik Pulo Djawa	8	7
11.	Batik Wedelan	7	5
12.	Batik Putro Hadi Laweyan	4	4
13.	Batik Kusuma	5	3
14.	Batik Doyo Hadi	5	4

15.	Batik Cipta Sari	5	4
	Jumlah	146	

Sumber: Studi Pendahuluan, 2023

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa, pekerja yang paling banyak nyeri punggung bawah terdapat di Batik Pandono abstrak yaitu 20 orang. Oleh karena itu, menjadi pertimbangan bagi peneliti untuk menjadikan Batik Pandono Abstrak sebagai tempat penelitian.

Selanjutnya berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Batik Pandono Abstrak pada tanggal 27 Januari 2024 dengan 20 orang pengrajin batik laweyan, terdapat 17 orang dengan tingkat nyeri sedang, dan nyeri ringan 3 orang. Dari 20 orang tersebut mengalami tingkat nyeri sedang karena melakukan pekerjaan mencanting yang dimulai dari jam 8 pagi sampai jam 3 sore dan hanya istirahat 1 jam, sedangkan 3 orang dengan tingkat nyeri ringan karena melakukan pekerjaan pewarnaan kain batik. Selanjutnya upaya untuk menangani nyeri punggung bawah semua pekerja mengatakan dibuat tiduran ketika jam istirahat. Selain itu, diperoleh informasi dari wawancara bahwa 18 pengrajin batik belum mengetahui teknik *Mc Kenzie Exercise* dan 2 sudah mengetahui.

Dampak nyeri punggung bawah jika tidak ditangani selain mengganggu aktivitas sehari-hari, nyeri punggung bawah juga bisa menyebabkan gangguan tidur, depresi, anoreksia, kehilangan berat badan, fatigue, dan terisolasi dalam kehidupan sosial. Oleh karena itu nyeri punggung bawah harus segera ditangani agar tidak terjadi dampak seperti hal-hal diatas (Syafrianto, 2023).

Mengingat dampak nyeri punggung bawah bagi pekerja diantaranya yaitu gangguan tidur, depresi, anoreksia, kehilangan berat badan, fatigue, terisolasi dalam kehidupan sosial, dan mengganggu aktivitas sehari-hari, oleh karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian tentang, “Pengaruh *Mc Kenzie Exercise* Terhadap Tingkat Nyeri Punggung Bawah Pada Pengrajin Batik Di Kecamatan Laweyan”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti dapat merumuskan masalah “Apakah ada Pengaruh *Mc Kenzie Exercise* terhadap Tingkat Nyeri punggung bawah pada Pengrajin Batik Di Kecamatan Laweyan?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh *Mc Kenzie Exercise* terhadap Tingkat Nyeri punggung bawah pada Pengrajin Batik di Kecamatan Laweyan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat nyeri punggung bawah pada pengrajin batik di Laweyan sebelum dilakukan latihan *Mc Kenzie Exercise*
- b. Mengidentifikasi tingkat nyeri punggung bawah pada pengrajin batik di Laweyan setelah dilakukan latihan *Mc Kenzie Exercise*
- c. Menganalisis pengaruh tingkat nyeri punggung bawah sebelum dan sesudah dilakukan *Mc Kenzie Exercise* pada pengrajin batik di Kecamatan Laweyan

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Praktisi

a. Bagi Pengrajin Batik

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan, wawasan responden (pengrajin batik) tentang nyeri punggung bawah, serta upaya kesehatan *Mc Kenzie Exercise* yang dapat dilakukan secara mandiri untuk mengurangi nyeri punggung bawah.

b. Bagi Tenaga Keperawatan

Diharapkan menjadi salah satu alternatif utama dalam upaya keperawatan komplementer untuk mengurangi nyeri punggung

bawah baik untuk klien maupun diri sendiri selain menambah pengetahuan serta wawasan terkait hal ini.

2. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan serta keterampilan peneliti terkait nyeri punggung bawah serta upaya *non farmakologi* atau medis dalam hal ini *Mc Kenzie Exercise* sebagai salah satu alternatif dalam mengurangi nyeri punggung bawah.

b. Bagi Instansi

Diharapkan hasil penelitian ini menambah rujukan dalam bidang akademik khususnya tentang nyeri punggung bawah serta *Mc Kenzie Exercise* sebagai upaya *non* medis atau *non farmakologi* dalam mengurangi nyeri punggung bawah.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini dapat diketahui dari penelitian terlebih dahulu yang berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti sekarang diantaranya:

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian *Mc Kenzie Exercise*

No.	Penulis dan tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Efendi & Halimah,(2023)	Pengaruh kombinasi <i>ultrasound</i> dan <i>Mc Kenzie</i> terhadap penurunan nyeri pada pasien nyeri punggung bawah miogenik	Penelitian ini terdapat persamaan tentang tema yaitu pengaruh <i>Mc Kenzie Exercise</i> dan metode dengan <i>one group pretest</i> dan <i>post test</i> .	Penelitian ini terdapat perbedaan tentang judul dan variabel independent yaitu kombinsi <i>ultrasound</i> dan <i>Mc Kenzie Exercise</i>
2.	Thrisminarsih <i>et al.</i> , (2023)	Pengaruh pemberian kombinasi	Penelitian ini terdapat	Penelitian ini terdapat perbedaan

No.	Penulis dan tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
		<i>short wave diathermy</i> dan <i>Mc Kenzie Exercise</i> terhadap penurunan nyeri pada penderita LBP miogeneik di RS Semen Gresik.	persamaan tema tentang pengaruh <i>Mc Kenzie Exercise</i> dan metode dengan <i>one group pretest</i> dan <i>post test</i>	tentang judul, populasi penelitian berada di RS Semen Gresik sedangkan penelitian ini berada di Laweyan, dan variabel independen yaitu kombinasi <i>wave diathermy</i> dan <i>Mc Kenzie Exercise</i>
Dilanjutkan Tabel 1.2 Keaslian Penelitian				
3.	Yulianto <i>et al.</i> , (2023)	Pengaruh latihan <i>Mc Kenzie servical</i> untuk perbaikan postur leher pada siswa SMK Brantes Karangates	Penelitian ini terdapat persamaan tema pengaruh <i>Mc Kenzie Exercise</i> dan metode penelitian yaitu <i>one group pretest</i> dan <i>post test</i> .	Penelitian ini terdapat perbedaan judul, tempat di SMK Brantes Karangates sedangkan penelitian ini di Laweyan, dan variabel independen yaitu <i>Mc Kenzie Servical</i>
4.	Rahayu <i>et al.</i> , (2023)	Penyuluhan edukasi tentang efektivitas <i>Mc Kenzie</i> dan <i>William Flexion Exercise</i> pada penderita <i>ichialgia</i> di komunitas lansia di Puskesmas Nogosari	Penelitian ini terdapat persamaan tentang metode <i>one group pretest</i> dan <i>post test</i>	Penelitian ini terdapat perbedaan tentang judul, tempat di Puskesmas Nogosari sedangkan penelitian ini di Laweyan, populasi penelitian pada penderita <i>ichialgia</i> sedangkan penelitian ini pada pengrajin batik.

dilanjutkan

No.	Penulis dan tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
5.	Utami <i>et al.</i> , (2023)	Gambaran intervensi <i>Mc Kenzie Exercise</i> pada pasien lansia dengan <i>low back pain</i> akibat <i>hernia nukleus pulposus</i>	Penelitian ini terdapat persamaan pada metode dengan wawancara dan variabel independen yaitu <i>Mc Kenzie Exercise</i>	Penelitian ini terdapat perbedaan tentang judul yaitu gambaran intervensi <i>Mc Kenzie Exercise</i> sedangkan penelitian ini tentang pengaruh <i>Mc Kenzie Exercise</i>