



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nyeri punggung bawah adalah salah satu penyakit yang paling banyak terjadi di Indonesia. Hampir setiap orang pernah mengalami dan akan kambuh setidaknya 12 kali dalam setahun. Berdasarkan penelitian Copcord Indonesia (*community oriented program or controle of rhematic disease*) menunjukkan prevalensi LBP 18,2% pada laki-laki dan 13,6% pada wanita. Sekitar 11%-12% pasien menjadi cacat akibat kasus ini dan cenderung kambuh cukup tinggi yaitu sekitar 26%-37%, sehingga menyebabkan penderita kembali tidak bekerja atau kurang produktif. Data Instalasi Rehabilitasi Medik RSUD Dr. Soetomo Surabaya pada periode Januari 2016 hingga Desember 2016 menunjukkan bahwa NPB berada pada urutan kedua kasus terbanyak dengan jumlah 549 kasus dan presentase 9,87%.

Nyeri di daerah punggung bawah, bisa di sebabkan oleh masalah saraf, iritasi otot, atau lesi tulang dan dapat terjadi oleh karena cedera atau trauma pada punggung namun rasa nyeri juga dapat disebabkan oleh kondisi degeneratif. *Low Back Pain myogenic* adalah nyeri pada punggung bawah yang disebabkan oleh gangguan pada unsur tendomuskuler tanpa disertai dengan gangguan neurologis antara vertebra thorakal 12 sampai



bagian pinggul dan anus (Magee, 2013).

Nyeri punggung miogenik disebabkan oleh spasme otot karena sikap tubuh yang berulang-ulang pada posisi yang sama sehingga akan menyebabkan pemendekan otot-otot yang akhirnya menyebabkan rasa nyeri. Untuk mencegah nyeri punggung bawah menjadi disabilitas perlu dilakukan penanganan yang sesuai. Intervensi dapat diberikan dalam bentuk farmakologi dan non farmakologi. Dari segi fisioterapi dilakukan intervensi berupa non farmakologi yang dapat diberikan dalam bentuk latihan, terapi manual maupun terapi modalitas. Terapi manual berupa *bent leg raise* yang merupakan salah satu teknik dari konsep *mobilization with movement* yang dikembangkan oleh Brian Mulligan dapat memberikan efek terapeutik diantaranya adalah mengembalikan mobilitas menjadi normal, meningkatkan fleksibilitas pada otot hamstring, memperbaiki postur dan mengurangi nyeri punggung bawah.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh latihan *Mulligan Bent Leg Raise* terhadap fleksibilitas dan pengurangan nyeri pada pasien nyeri punggung bawah ?

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan umum

Untuk membuktikan kajian referensi tentang pengaruh latihan *Mulligan Bent Leg Raise* terhadap fleksibilitas dan pengurangan nyeri pada pasien nyeri punggung bawah.



1.3.2 Tujuan khusus

Menganalisa kajian referensi tentang pengaruh latihan *Mulligan Bent Leg Raise* terhadap fleksibilitas dan pengurangan nyeri pada pasien nyeri punggung bawah.

1.4 Manfaat Penulisan

1.4.1 Manfaat praktis

1. Mampu mengidentifikasi terapi manual *Bent Leg Raise* dari *Mulligan* sebagai salah satu metode penanganan pasien nyeri punggung bawah.
2. Mampu memahami dan mengaplikasikan terapi manual *Bent Leg Raise* dari *Mulligan* pada pasien nyeri punggung bawah.

1.4.2 Manfaat teoritis

Sebagai media pembelajaran dan pengetahuan untuk acuan penanganan fisioterapi pada kasus *low back pain myogenic* dengan *hamstring tightness*.