

RINGKASAN

Low back pain (LBP) atau nyeri punggung bawah adalah nyeri yang dirasakan pada punggung bagian bawah, bukan merupakan penyakit ataupun diagnosis untuk suatu penyakit namun merupakan istilah untuk nyeri yang dirasakan di area anatomi yang terkena dengan berbagai variasi lama terjadinya nyeri. Nyeri ini terasa diantara sudut iga terbawah sampai lipat pantat bawah yaitu di daerah lumbal atau lumbo-sakral, nyeri dapat menjalar hingga ke arah tungkai dan kaki.

LBP di Indonesia lebih banyak dijumpai pada golongan usia 40 tahun. Secara keseluruhan, LBP merupakan keluhan yang paling banyak dijumpai dengan angka prevalensi mencapai 49%. Akan tetapi, sekitar 80-90% dari mereka yang mengalami LBP menyatakan tidak melakukan pengobatan untuk mengatasi timbulnya gejala nyeri. Dengan kata lain, hanya sekitar 10-20% dari mereka yang mencari perawatan medis ke pelayanan kesehatan untuk upaya penyembuhan.

Menurut teori TCM, LBP yang diakibatkan oleh sindrom defisiensi *Yin* ginjal disebabkan karena kebiasaan makan makanan pedas sehingga terjadi panas pada lambung yang dapat mengganggu fungsi transformasi dan transportasi limpa. Di samping itu pasien juga sering naik turun tangga berkali kali dan duduk selama kurang lebih 7 jam karena tuntutan pekerjaan maka dapat melukai ginjal kandung kemih sehingga *Qi* ginjal lemah. Organ lambung yang eksekutif dan organ limpa yang defisiensi (unsur tanah) tidak dapat membatasi organ ginjal sehingga menyebabkan defisiensi *Yin* ginjal sehingga dapat mengakibatkan LBP.

Penanganan yang dilakukan pada penderita LBP yaitu terapi pijat dan akupresur serta terapi herbal. Terapi akupresur dilakukan pada titik *Shenshu* (BL23), *Weizhong* (BL40), *Taixi* (KI3), dan *Neiting* (ST44) sebanyak 15 kali yang dilakukan dalam 2 hari sekali. Serta terapi herbal selama 29 hari dengan rentang waktu yang berbeda dengan menggunakan infusa daun srigading (*Nyctanthes arbor-tristis* Linn) dengan dosis 1 gram dalam 250 ml air diminum sehari 2 kali setelah makan.

Hasil dari penanganan LBP dapat disimpulkan bahwa terapi kombinasi pijat Swedia dan akupresur pada titik *Shenshu* (BL23), *Weizhong* (BL40), *Taixi* (KI3), dan *Neiting* (ST44) serta pemberian herbal srigading (*Nyctanthes arbor-tristis* Linn) dapat mengurangi LBP. Pasien merasa lebih nyaman, dan rasa nyeri berkurang.