



---

---

**BAB 1****PENDAHULUAN****1.1 Latar Belakang**

Nyeri Punggung Bawah (NPB) adalah sindroma klinik yang ditandai dengan gejala utama nyeri atau perasaan lain yang tidak enak di daerah punggung bagian bawah (Umami et al., 2014). Fenomena ini banyak kita jumpai dalam kehidupan sehari - hari. Salah satu penyebab NPB adalah adanya pergeseran dari salah satu *corpus vertebrae* atau sering disebut dengan *spondylolisthesis*. Keluhan yang ditimbulkan NPB akibat *spondylolisthesis* diantaranya adalah nyeri di daerah punggung bawah, penurunan kekuatan otot perut, dan penurunan lingkup gerak sendi (LGS) *trunk* (Dewi, 2015).

Keluhan tersebut dapat menyebabkan intensitas bergerak dan berolahraga semakin berkurang. Sehingga, otot-otot pada punggung dan perut yang berfungsi mendukung tulang belakang akan menjadi lemah (Umami et al., 2014). Keluhan NPB banyak dijumpai di kalangan pekerja dari berbagai jenis pekerjaan. Berdasarkan hasil penelitian dari Umami et al., 2014 Keluhan nyeri punggung bawah yang dialami oleh pekerja batik bisa menurunkan efisiensi, efektivitas kerja serta perasaan kurang nyaman ketika bekerja sehingga dapat menyebabkan peluang kesalahan dalam membatik semakin besar sehingga dapat mempengaruhi produktivitas pekerja (Umami et al., 2014).

Masalah yang ditimbulkan NPB akibat *spondylolisthesis* juga menyebabkan gangguan postur dan penurunan kemampuan fungsional.



NPB merupakan masalah sosial ekonomi utama di Inggris karena 13% alasan seseorang tidak masuk bekerja disebabkan oleh NPB. Setiap tahun 15%–45% orang dewasa menderita nyeri punggung bawah dan umumnya terjadi pada usia 35-55 (Natosba, 2016). Prevalensi kejadian *spondylolisthesis* secara etnis bervariasi, orang – orang Amerika Afrika memiliki angka prevalensi 2% sedangkan orang – orang Amerika asli dan Eskimo dengan prevalensi mencapai 54% (Metzger, 2014). Data yang diperoleh dari Instalasi Rehabilitasi Medik Rumah Sakit Dr. Soetomo Surabaya menunjukkan *spondylolisthesis* merupakan salah satu dari 99 kasus dengan pasien terbanyak. Terhitung sejak Januari 2018 sampai November 2018, pasien *spondylolisthesis* mencapai 120 pasien, atau dengan presentase sebanyak 0,22%, dari total 54933 pasien yang datang ke Instalasi Rehabilitasi Medik Rumah Sakit dr. Soetomo Surabaya (RSUD. Dr. Soetomo, 2018).

Dari permasalahan di atas, Selain pengobatan dari dokter, fisioterapi juga berperan penting dalam kasus ini. Intervensi Fisioterapi yang dapat diberikan pada kasus *spondylolisthesis* antara lain dengan melakukan pendekatan *flexi*, latihan stabilisasi, peregangan otot *flexor hip*, *gentle manipulation* (derajat I dan II) untuk modulasi nyeri (Kisner, 2014). Latihan *core stability* dapat berguna dalam mengurangi nyeri dan disabilitas pada penderita NPB karena *spondylolisthesis* (Bringasa, 2014). Latihan *Core stability* memperbaiki ketidakseimbangan postural yang bisa menurunkan resiko cedera. Manfaat terbesar dari *core stability exercise*



---

adalah meningkatkan kemampuan fungsional untuk kehidupan sehari-hari dan aktivitas rutin (Ontario Chiropractic Association, 2017).

## **1.2 Tujuan Penulisan**

### 1.2.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui penatalaksanaan terapi latihan pada pasien *spondylolisthesis* menggunakan latihan *core stability*.

### 1.2.2 Tujuan Khusus

- A. Melakukan *assessment* pada pasien dengan *spondylolisthesis*.
- B. Mengetahui tatalaksana pasien dengan *spondylolisthesis*.
- C. Mengetahui pengaruh pemberian latihan *core stability* pada pasien dengan *spondylolisthesis*.

## **1.3 Manfaat Penulisan**

### 1.3.1 Manfaat Bagi Penulis

Manfaat penulisan tugas akhir ini bagi penulis adalah untuk menambah pengetahuan dan pemahaman tentang penanganan pada pasien dengan kasus *spondylolisthesis*, serta agar dapat mengaplikasikan latihan *core stability* pada pasien *spondylolisthesis*.

### 1.3.2 Manfaat Bagi Masyarakat Umum.

Manfaat bagi masyarakat umum adalah untuk mendapatkan informasi tentang kasus *spondylolisthesis*, sehingga masyarakat mengetahui penanganan *spondylolisthesis* terdiri dari apa saja. Manfaat yang lain adalah agar masyarakat dapat melakukan latihan *core stability* secara mandiri sebagai bagian dari *home exercises program*.