

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*Low back pain* (LBP) merupakan salah satu masalah kesehatan muskuloskeletal yang paling banyak terjadi pada populasi orang dewasa. LBP didefinisikan sebagai nyeri pinggang yang berlangsung lebih dari tiga bulan dan dicurigai adanya kondisi medis yang ditandai dengan kondisi berbahaya seperti tumor atau infeksi (Farra, F.D, et al., 2021).

Berdasarkan data WHO tahun 2022 menyatakan bahwa gangguan LBP didunia berjumlah 17,3 juta orang. Di Amerika Serikat kejadian LBP sebanyak 39% pada orang dewasa (18 tahun keatas), seiring bertambahnya usia mulai dari 28,4% (18-29 tahun), 35,2% (30-44 tahun), 44,3% (45-64 tahun), dan 45,6 (65 tahun keatas) (Lucas, J.W, et al., 2021). Di Jepang, prevelensi nyeri punggung bawah kronis spesifik sebesar 9,3% dan prevelensi LBP kronis nonspesifik sebesar 15,4% (Harahap.P.S, 2018). Saat ini prevelensi LBP di Thailand sebesar 30% (Sukmajaya.W.P, et al., 2020). Prevelensi penderita kejadian LBP di Indonesia sebanyak 12,914 orang atau 3,71 merupakan masalah terbanyak kedua Spesialis Saraf Indonesia (PERDOSIS) di 14 Rumah Sakit Pendidikan, diketahui total penderita *low back pain* berjumlah 819 pasien (Mastuti et al., 2023).

*Low Back Pain* (LBP) bukanlah suatu gejala atau diagnosa suatu kelainan, melainkan memicu istilah tersebut untuk merujuk pada sindrom nyeri yang terjadi di area yang terkena secara anatomis dan nyeri dalam durasi yang bervariasi. Biasanya

diartikan sebagai nyeri pada punggung bagian bawah, kekakuan otot, atau rasa kaku yang terdapat dipunggung bawah (Pristiantio, et.al., 2021).

*Low Back Pain* (LBP) dapat disebabkan oleh berbagai kelainan pada tulang belakang, otot, persendian, atau bagian tulang belakang yang menopangnya. Kelainan tersebut adalah kelainan kongenital dan spondylosis dan spondylolisthesis, kyphoscoliosis, spina bifida, kelainan sumsum tulang belakang, trauma ringan seperti memar dan *whiplash*, patah tulang seperti kecelakaan Transportasi sepeda motor (Andini, 2015).

*Low Back Pain* (LBP) di bagi menjadi LBP akut, sub akut, dan kronis, di mana LBP akut merupakan nyeri yang dirasakan selama <6 minggu, nyeri subakut dirasakan 6 minggu sampai 3 bulan, dan dikatakan kronis apabila sudah berlangsung >3 bulan. *Low back pain* (LBP) juga dapat dikelompokkan menjadi LBP spesifik, LBP radicular dan LBP nonspesifik (Bardin, L.D, et al., 2021).

Gejala *low back pain* (LBP) umumnya berupa rasa sesak dan kaku pada otot punggung bagian bawah. Selain itu, nyeri dan ketidaknyamanan merupakan salah satu gejala yang disebabkan oleh LBP. Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan subjektif. Pasien nyeri mungkin mengalami ketidaknyamanan sensorik seperti nyeri dan pegal (Muttaqin, A, 2011).

Rasa nyeri pada penderita LBP membuat penderitanya takut bergerak sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari dan dapat menurunkan produktivitas. Pengukuran nyeri didasarkan pada laporan pribadi pasien, laporan itu bersifat subjektif, kompleks

dan personal serta dikategorikan nyeri ringan, sedang, atau berat (Herinawat, et al., 2019).

Perawatan yang paling umum dilakukan untuk mengatasi nyeri pada pasien dengan keluhan LBP adalah dengan pendekatan farmakologis dan nonfarmakologis. Secara farmakologis pemberian analgesik seperti parasetamol atau NSAID. Namun, penggunaan obat secara terus-menerus dapat menyebabkan kerusakan hati dan rasa ngantuk pada pasien karena masalah LBP semakin sering terjadi, kebutuhan akan pengobatan alternatif melalui terapi fisik semakin meningkat. Salah satu terapi fisik yang dapat digunakan pada pasien LBP adalah Latihan fleksi William. Terapi fisik fleksi William dikenal juga dengan sebutan senam fleksi lumbal atau senam William, pertama kali digunakan oleh Drs.Paul William pada tahun 1937, untuk menangani pasien dengan penyakit LBp (Rachmat, N, et al., 2019).

Penanganan nyeri juga dapat ditangani dengan menggunakan Teknik nonfarmakologis. Teknik nonfarmakologi sendiri mempunyai defenisi yaitu sebagai terapi pengobatan tanpa menggunakan obat-obatan. Terapi nonfarmakologi dapat berupa terapi pikiran tubuh (Relaksasi progresif), meditasi,imajinasi, terapi musik, humor, tertawa, dan aromaterapi. Penggunaan kompres panas dan dingin, serta sentuhan teraupetik merupakan terapi yang dapat dikatakan aman (ACS, 2019).

Hasil survei *awal* yang dilakukan di Rumah Sakit Haji Medan Jumlah penderita *low back pain*/LBP kurang lebih sekitar 105 pasien dari januari hingga juli 2024. Berdasarkan hasil survey diatas, peneliti tertarik mengetahui lebih dalam bagaimana pengalaman pasien LBP dalam mengatasi nyeri di Rumah Sakit Haji Medan Tahun 2024.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan pada latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana pengalaman pasien LBP dalam mengatasi nyeri di Rumah Sakit Haji Medan Tahun 2024?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengalaman pasien dalam mengatasi nyeri pada penyakit LBP di Rumah Sakit Haji Medan Tahun 2024.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dari penelitian ini :

1. Untuk mengetahui bagaimana penyebab nyeri yang dirasakan pasien
2. Untuk mengetahui faktor yang memicu nyeri pasien
3. Untuk mengetahui cara mengatasi nyeri yang dilakukan pasien
4. Untuk mengetahui aktivitas sehari-hari yang dilakukan oleh pasien dengan nyeri LBP
5. Untuk mengetahui bagaimana cara pasien mengalihkan rasa sakit pada saat mengalami nyeri.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Pasien**

Diharapkan penelitian ini dapat menambah informasi dan terapi nonfarmakologi bagi penderita LBP dalam mengatasi nyeri.

#### **1.4.2 Bagi Keluarga Pasien**

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat dan memperluas wawasan keluarga tentang bagaimana cara mengatasi nyeri pada penyakit LBP.

#### **1.4.3 Bagi Rumah Sakit**

Sebagai sumber informasi dan masukan serta acuan yang dapat digunakan oleh Rumah Sakit untuk mengetahui bagaimana pengalaman pasien LBP dalam mengatasi nyeri.

#### **1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Sebagai bahan pengembangan diri dan referensi yang aktual untuk peneliti selanjutnya mengenai pengalaman pasien LBP dalam mengatasi nyeri, sehingga peneliti selanjutnya dapat menjadikan hasil dari penelitian ini sebagai Intervensi Keperawatan dalam mengatasi nyeri pada penderita LBP.