

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Nyeri punggung bawah atau *low back pain* (LBP) merupakan salah satu masalah kesehatan muskuloskeletal yang paling sering dialami masyarakat di seluruh dunia. Kondisi ini menimbulkan rasa nyeri mulai dari ruas lumbal hingga area sakral yang mengganggu aktivitas fungsional sehari-hari. LBP dapat menyebabkan penurunan mobilitas, gangguan postur tubuh, serta penurunan produktivitas kerja. Penanganan yang tidak tepat dapat memperburuk kondisi ini dan meningkatkan risiko disabilitas (Anjelina, 2021). Sementara itu, menekankan bahwa LBP tidak hanya dipengaruhi oleh faktor mekanis, tetapi juga oleh proses degeneratif alami pada tulang belakang seiring bertambahnya usia, yang dapat mempercepat timbulnya keluhan kronis apabila tidak ditangani sejak dini. Kedua pandangan tersebut menunjukkan bahwa LBP bersifat multifaktorial sehingga penanganannya perlu disesuaikan dengan penyebab utama yang mendasarinya Alivian et al, (2021)

Low Back Pain (LBP) memengaruhi sekitar 619 juta orang di dunia pada tahun 2020 dan diproyeksikan meningkat menjadi 843 juta pada tahun 2050. Angka ini menunjukkan bahwa LBP merupakan masalah kesehatan global yang terus berkembang dan menjadi salah satu penyebab utama disabilitas. Peningkatan jumlah kasus LBP tidak hanya berdampak pada kesehatan individu, tetapi juga pada beban ekonomi negara akibat tingginya biaya pengobatan dan hilangnya jam kerja produktif. (Ghistavera Izvantia et al., 2025).

Sejalan dengan penelitian yang memperkuat temuan tersebut dengan menegaskan bahwa prevalensi LBP terus mengalami peningkatan dari tahun ke tahun seiring dengan bertambahnya usia harapan hidup dan perubahan pola aktivitas masyarakat modern. Mereka menekankan bahwa faktor risiko utama LBP meliputi postur

tubuh yang buruk, aktivitas fisik berlebihan, kurangnya olahraga, hingga proses degeneratif alami pada tulang belakang. Kondisi ini dapat berlanjut menjadi kronis apabila tidak ditangani dengan tepat sejak tahap awal Ferreira & Hartvigsen, (2023).

Menurut Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), prevalensi *Low Back Pain* (LBP) di Indonesia adalah 18%. Angka kejadian di Indonesia berdasarkan kunjungan pasien dari beberapa rumah sakit sekitar 3-17% dari keluhan *Low Back Pain* (LBP) (Hasby,A. 2023). Undang-undang Nomor 45 tahun 2009 menjelaskan bahwa nelayan adalah orang yang mata pencahariannya melakukan penangkapan ikan. nelayan merupakan suatu kelompok masyarakat yang kehidupannya tergantung langsung pada hasil laut, baik dengan cara penangkapan ataupun budidaya, mereka pada umumnya tinggal di daerah pantai, sebuah lingkungan pemukiman yang dekat dengan lokasi kegiatan. Para nelayan mempunyai peran yang sangat penting dalam memenuhi ketersediaan protein bagi jutaan penduduk di berbagai pelosok negara Indonesia (Beru & Takalar, 2025).

Di provinsi Sulawesi Selatan angka prevalensi muskuloskeletal pada penduduk umur di atas 15 tahun yaitu 6,39%. Prevalensi penyakit muskuloskeletal untuk buruh mencapai 6,12% (Kemenkes RI 2018). Penelitian Syarlina (2018) melaporkan dari 67 responden yang merasakan merasakan nyeri punggung bawah sebanyak 48 orang (72%), dan yang tidak mengalami keluhan nyeri punggung bawah sebanyak 19 orang (28%) pada pengrajin gerabah yang terletak di Lingkungan Sandi Kelurahan Pallantikan, Kecamatan Pattallassang, Kabupaten Takalar (Si & M, 2023). Menunjukkan bahwa intervensi metode McKenzie terbukti efektif dalam menurunkan nyeri dan meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap pencegahan LBP, meskipun penerapannya di fasilitas kesehatan dan masyarakat masih terbatas. Kedua penelitian ini memperlihatkan bahwa LBP di Sulawesi

Selatan maupun di Indonesia secara umum masih menjadi tantangan besar, sehingga diperlukan strategi komprehensif untuk pencegahan dan penanganannya Pradipta et al. (2025).

Berdasarkan hasil penelitian dari Andi Weri Sompia dan Emy Andira (2020), kejadian *low back pain* yang terjadi pada supir *taxi online* di kota makassar sebesar 56.6% dari 23 responden yang memiliki durasi kerja 8 jam atau lebih dalam sehari (SI & M, 2023).

Salah satu metode fisioterapi yang terbukti efektif untuk mengurangi nyeri punggung bawah adalah McKenzie *Exercise*. Latihan ini berfungsi meningkatkan mobilitas tulang belakang, memperbaiki postur, memberikan efek relaksasi pada otot yang mengalami spasme, dan mengurangi nyeri secara signifikan. Penelitian quasi-eksperimental menunjukkan bahwa penerapan McKenzie *Exercise* yang dikombinasikan dengan modalitas ultrasound selama empat minggu mampu menurunkan intensitas nyeri pada pasien LBP miogenik dengan hasil signifikan ($p = 0,001$). (Ghistavera Izvantia et al., 2025). McKenzie *Exercise* merupakan salah satu metode fisioterapi yang terbukti efektif dalam mengatasi nyeri punggung bawah. Latihan ini berperan dalam meningkatkan fleksibilitas tulang belakang, memperbaiki postur tubuh, memberikan relaksasi pada otot yang mengalami ketegangan, serta mengurangi nyeri secara signifikan. Sebuah penelitian quasi-eksperimental menunjukkan bahwa penerapan McKenzie *Exercise* yang dipadukan dengan terapi ultrasound selama empat minggu mampu menurunkan tingkat nyeri pada pasien *low back pain* miogenik secara signifikan ($p = 0,001$). Temuan ini dilaporkan yang menegaskan efektivitas kombinasi metode tersebut dalam rehabilitasi nyeri punggung bawah Ghistavera Izvantia, Putra, dan Santoso (2025).

B. Rumusan masalah

Apakah terapi Mc Kenzie berpengaruh terhadap penurunan nyeri penderita *Low Back Pain* di Ruang Instalasi Gawat Darurat RSUP Dr. Tadjuddin Chalid Makassar.

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui penerapan metode Mc Kenzie pada pasien LBP terhadap penurunan nyeri di Ruang IGD RSUP Dr. Tadjuddin Chalid Makassar.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian Keperawatan pada penerapan metode Mc Kenzie pada pasien LBP terhadap penurunan nyeri
- b. Untuk merumuskan diagnosa keperawatan pada penerapan metode Mc Kenzie pada pasien LBP terhadap penurunan nyeri
- c. Untuk Menyusun intervensi keperawatan pada penerapan metode Mc Kenzie pada pasien LBP terhadap penurunan nyeri
- d. Untuk mengetahui implementasi keperawatan pada penerapan metode Mc Kenzie pada pasien LBP terhadap penurunan nyeri
- e. Untuk melakukan evaluasi Keperawatan pada penerapan metode Mc Kenzie pada pasien LBP terhadap penurunan nyeri
- f. Menganalisa pengaruh penerapan metode Mc Kenzie pada pasien LBP terhadap penurunan nyeri

D. Manfaat Penulisan

1. Pengembangan Ilmu Keperawatan

Hasil penulisan ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan rujukan ataupun acuan penerapan metode Mc Kenzie pada pasien LBP terhadap penurunan nyeri.

2. Pelayanan Kesehatan

Melalui penulisan ini diharapkan standar operasional prosedur penerapan metode Mc Kenzie pada pasien LBP terhadap

penurunan nyeri dapat diterapkan oleh sejawat perawat yang lain dalam upaya penurunan nyeri pada pasien LBP.

3. Intitusi

Melalui penulisan ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan referensi kepustakaan terutama dalam mengembangkan standar operasional prosedur penerapan metode Mc Kenzie pada pasien LBP terhadap penurunan nyeri

4. Penulis

Melalui penulisan ini, penulis dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang cara melakukan penerapan metode Mc Kenzie pada pasie LBP terhadap penurunan nyeri.