

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Derajat kesehatan masyarakat akan di pengaruhi oleh beberapa faktor antara lain karena keturunan, pelayanan kesehatan, lingkungan dan perilaku. Oleh sebab itu setiap manusia pasti menyadari untuk dapat bertahan hidup agar dapat melakukan aktivitas dalam kehidupan sehari-harinya baik dalam pemenuhan kebutuhan pribadi sampai dengan kebutuhan yang berkaitan dengan lingkungan sekitar dan kondisi kesehatan yang mencakup aspek biopsikososial.

Aktifitas yang kita lakukan sehari-hari tersebut tidak jarang dapat menimbulkan gangguan pada tubuh kita, salah satu penyakit yang dapat terjadi akibat aktifitas sehari-hari itu adalah nyeri leher. Nyeri leher merupakan salah satu kondisi yang sering kita temukan dalam praktek klinis fisioterapi, terkadang nyeri tersebut dapat menjalar sampai ke daerah pundak, bahu, lengan, bahkan sampai ke punggung bagian belakang spesifik tertentu pada segmen cervical. Nyeri yang terjadi dapat disebabkan oleh beberapa factor diantaranya adalah kesalahan sikap yang bertahan lama, spondiloarthrosis, penguncian sendi faset, *whiplash injury*, *disc migration*, HNP cervical, tension headache dan lain-lain.

Karena penyebab yang beragam, maka cirinyapun beragam, salah satu penyebabnya adalah tension headache. Headache dibagi menjadi tiga type yaitu *muscle contraction (tension headache)*, *cluster headache* dan *migraine*

headache. Tension headache merupakan salah satu jenis nyeri kepala yang timbul akibat kesalahan sikap dengan bentuk postur yang salah sebagai hasil dari beban kerja, stress atau kelelahan, dimana segmen yang sering terkena adalah C₁-C₂, C₂-C₃, sehingga apabila berlangsung dalam waktu lama akan memaksa otot kepala, leher, dan bahu terus-menerus berkontraksi.¹

Hal ini biasa terjadi pada orang-orang yang pekerjaannya selalu menghabiskan waktu berjam-jam didepan komputer atau para operator pabrik. Kira-kira sekitar 90 % telah banyak menyerang orang dewasa Amerika terutama wanita dan orang-orang dengan pendidikan yang tinggi dan biasanya orang yang menderita nyeri kepala ini hampir selalu disertai rasa gelisah, kepala berdenyut-denyut dan menyerang kedua sisi kepala dan jenis nyerinya pun tetap, tension headache ini bisa jadi penyakit kronis, menyerang secara berkala atau setiap hari.

Berdasarkan permasalahan tersebut diatas ternyata peran fisioterapi sangat besar karena menurut *World Confederation Of Physical Therapi (WCPT) 1999* : Fisioterapi sebagai profesi dapat berperan dalam memberikan pelayanan kepada manusia dengan segala usia yang bertujuan untuk memelihara, meningkatkan kesehatan, pengembalian fungsi, dan ketergantungan apabila individu mengalami kekurangan, gangguan kemampuan atau masalah yang disebabkan akibat kerusakan fisik, psikis dan gangguan lainnya juga dengan menerapkan diagnosis yang tepat berdasarkan prosedur yaitu dengan *assessment*, *intervensi*, *planning* dan *evaluasi* sehingga didapatkan diagnosis fisioterapi yang tepat dan akurat.

¹ Mc. Kanzia R.A. The Cervical and Thoracic Spine, Mechanical Diagnosis and Therapy, New Zealand, 1992. hal,189

Di antara modalitas yang dapat digunakan dalam menangani kasus nyeri leher adalah dengan *micro wave diathermy*, *transcutaneous electrical nerve stimulation*, *traksi* dan *Mc kenzie exercise*. dengan alasan bahwa *micro wave diathermy* dapat menurunkan nyeri dan menormalisasi tonus otot melalui efek sedatif serta perbaikan metabolisme sementara *transcutaneous electrical nerve stimulation* mampu mengaktivasi baik saraf yang berdiameter besar maupun yang berdiameter kecil yang akan menyampaikan informasi sensoris ke saraf pusat dan berpengaruh pada penurunan nyeri dan penurunan spasme otot.

Dengan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan menambah teknik *traksi manual leher* dan terapi latihan metoda *Mc.kenzie*. Pada traksi manual leher efeknya akan meningkatkan sirkulasi dan dapat membantu mengurangi stenosis dari sirkulasi tersebut sehingga tekanan pada dura, pembuluh darah, akar saraf dan pada foramen intervertebralis akan berkurang akibat adanya perbaikan sirkulasi yang dapat mengurangi iritasi kimia penyebab nyeri, Sedangkan efek *stretching* mekanis pada traksi manual ini dapat mengurangi rasa tidak nyaman pada otot yang spasme dan memendek.

Sedangkan terapi latihan metoda *Mc. Kenzie* juga dapat mengurangi nyeri dikarenakan pada posisi retraksi yang dipertahankan dalam beberapa detik akan di peroleh peregangan pada jaringan lunak bagian dorsal yaitu ligamen longitudinal posterior dan otot yang spasme sehingga akan terjadi pelepasan pada otot-otot tersebut. Jadi apakah dengan penambahan teknik *traksi leher manual* dan terapi latihan metoda *Mc. kenzie* ini berpengaruh secara signifikan terhadap pengurangan nyeri leher akibat tension headache.

B. Identifikasi Masalah

Dari sekian banyak gangguan kesehatan, nyeri leher merupakan keluhan yang umum diderita oleh seseorang. Untuk memastikan bahwa nyeri yang dirasakan itu merupakan nyeri akibat tension headache maka diperlukan diagnostik yang tepat dengan melalui proses assesment, dan juga perlu diketahui segmen yang terkena. Gejala tension headache sendiri yaitu kadang terasa mual-mual, vertigo, adanya gangguan penglihatan, adanya kaku pada otot-otot wajah & leher, kakunya otot-otot tersebut dapat menyebabkan pengembangan dan penyempitan pembuluh darah yang dapat membuat rasa sakit semakin memburuk.

Upaya penghilangan nyeri pada tension headache biasanya dilakukan dengan cara pergi ke dokter, menggunakan obat-obatan analgesik, terapi refleksiologi dan juga penanganan dengan akupunktur. Namun fisioterapi dengan modalitas fisioterapinya juga dapat berperan dalam menangani gangguan gerak dan fungsi yang timbul akibat tension headache., modalitas yang biasanya digunakan diantaranya adalah *ultra sound, exercise, manipulation therapy, transcutaneous electrical nerve stimulation, micro wave diathermy, infra red, short wave diathermy* dan berbagai jenis obat-obatan yang ada kaitannya dengan kasus tersebut.

Intervensi fisioterapi pada tension headache umumnya bukan ditujukan terhadap penyebabnya tetapi hanya simptomatik atau supportif oleh karenanya perlu dibuat rancangan intervensi kausatif.

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang ada mengingat luasnya materi pembahasan maka peneliti terbatas pada “Perbedaan pengaruh antara pemberian *micro wave diathermy*, *transcutaneous electrical nerve stimulation* dan *traksi leher manual* dengan *micro wave diathermy*, *transcutaneous electrical nerve stimulation* dan terapi latihan metoda Mc. Kenzie terhadap pengurangan nyeri leher akibat *tension headache*”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah ada manfaat antara pemberian intervensi MWD, TENS dan traksi leher manual terhadap pengurangan nyeri leher akibat *Tension headache* ?
2. Apakah ada manfaat antara pemberian MWD, TENS dan terapi latihan metoda Mc. Kenzie terhadap pengurangan nyeri leher akibat *Tension headache* ?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara pemberian intervensi MWD, TENS dan traksi leher manual dengan MWD, TENS dan terapi latihan metoda Mc. *kenzie* terhadap pengurangan nyeri leher akibat *Tension headache* ?

E. Tujuan Penelitian

1. Umum

Untuk mengetahui beda pengaruh antara pemberian *micro wave diathermy*, *transcutaneous electrical nerve stimulation* dan traksi leher manual dengan *micro wave diathermy*, *transcutaneous electrical nerve stimulation* dan terapi latihan metoda *Mc. Kenzie* terhadap pengurangan nyeri leher akibat *Tension headache*.

2. Khusus

- a. Untuk mengetahui pengaruh intervensi *micro wave diathermy transcutaneous electrical nerve stimulation* dan traksi leher manual terhadap pengurangan nyeri leher akibat *Tension headache*.
- b. Untuk mengetahui pengaruh intervensi *micro wave diathermy*, *transcutaneous electrical nerve stimulation* dan terapi latihan metoda *Mc. Kenzie* terhadap pengurangan nyeri leher akibat *Tension headache*.

F. Manfaat Penelitian

Dengan penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut:

1. Bagi Institusi Pendidikan Fisioterapis

Memberi informasi kepada masyarakat dan majelis pembaca mengenai definisi, penyebab, patofisiologi, dan penanganan terapi yang diterapkan pada kondisi nyeri leher akibat *tension headache* serta sekaligus sebagai referensi.

2. Bagi Peneliti

Untuk menambah pengetahuan dan pengalaman yang lebih terhadap penanganan dan intervensi pada nyeri leher akibat *tension headache* dengan

menggunakan teknik traksi leher manual dan terapi latihan metoda Mc. Kenzie.

3. Bagi institusi pelayanan fisioterapi

Hasil ini dapat dijadikan sebagai materi dan bahan masukan untuk di teliti dan di kembangkan lebih lanjut kompleks dan rumitnya kasus nyeri cervical khususnya bagi fisioterapis, instansi dan pihak lain