

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menua atau menjadi tua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Seiring bertambahnya usia lansia, terjadi perubahan kondisi fisiologis pada lansia meliputi perubahan fisik dan psikis.¹ Perubahan fisik mempengaruhi semua sistem, diantaranya sistem muskuloskeletal yaitu jaringan penghubung (kolagen dan elastin), kartilago, otot dan sendi.² Masa pandemi covid 19 menjadikan lansia berkurang aktivitas fisiknya, hal ini dapat memicu perubahan – perubahan fisiologis yang terjadi.³ Perubahan kebiasaan tersebut dapat memicu adanya berbagai macam keluhan keluhan penyakit. Salah satu masalah kesehatan sehari-hari yang sering mengganggu aktifitas lansia adalah nyeri punggung bawah (NPB) atau *Low Back Pain* (LBP).⁴

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah mengidentifikasi *low back pain* sebagai salah satu dari tiga masalah kesehatan teratas yang menjadi target pengawasan di dalam WHO. Menurut WHO, *low back pain* adalah penyebab utama kecacatan di seluruh dunia dengan prevalensi global 7,2%, mempengaruhi 4 dari 5 orang dalam hidup mereka.⁵ Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan kira-kira 150 jenis gangguan muskuloskeletal diderita oleh ratusan juta manusia yang menyebabkan nyeri dan inflamasi yang lama dan menyebabkan disabilitas atau keterbatasan fungsional, dan menyebabkan gangguan psikologik dan sosial penderita. Nyeri yang disebabkan oleh gangguan tersebut salah satunya adalah nyeri punggung bawah yang paling banyak ditemukan diantara keluhan nyeri yang lain. Laporan ini berhubungan dengan penetapan dekade 2000-2010 oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebagai dekade tulang dan persendian (*Bone and Joint Decade* oleh WHO 2000-2010), dimana penyakit gangguan muskuloskeletal telah menjadi masalah yang banyak dijumpai di pusat-pusat pelayanan kesehatan di seluruh dunia.⁶

Data epidemiologi mengenai LBP di Indonesia belum ada, namun diperkirakan angka kejadian antara 7,6% sampai 37% di Indonesia dan lebih

tinggi pada populasi lansia. Kelompok Studi Nyeri (Pokdi Nyeri) Persatuan Dokter Spesialis Saraf Indonesia (PERDOSSI) melakukan hasil penelitian (tahun 2002) menunjukkan penduduk Pulau Jawa yang tergolong lansia sebanyak 40% pernah menderita nyeri punggung bawah. Pulau Jawa Tengah yang berusia diatas 65 tahun pernah menderita nyeri pinggang dengan prevalensi pada laki-laki sebesar 18,2% dan pada wanita 13,6%. Insiden berdasarkan kunjungan pasien ke beberapa rumah sakit di Indonesia berkisar antara 3-17%.⁷ Penyebab tersering nyeri punggung pada kelompok usia lanjut adalah penyakit sendi degeneratif (PSD) oleh gerakan ekstensi dan rotasi dari tulang spinal, fraktur osteoporotik yang sering mengenai tulang vertebra thoracalis ataupun lumbalis, spinal stenosis pada daerah vertebra cervicalis maupun lumbalis dan bisa juga disebabkan oleh metastasis karsinoma.⁸

Nyeri dapat menyebabkan ketidakmampuan dalam menggerakkan fungsi anatomik, hilangnya fungsi fisiologik, psikologik serta menyebabkan keterbatasan untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Terdapat 4 atribut pasti dalam pengalaman nyeri yaitu: nyeri bersifat individu, tidak menyenangkan, merupakan suatu kekuatan yang mendominasi dan bersifat ketidaksudahan. Penderita LBP dapat merasakan nyeri dan spasme pada otot punggung bawah. Nyeri ini juga bisa menjalar ke daerah lain seperti sekitar gelang panggul dan tungkai atas. Umumnya tidak menjalar ke bawah lutut kecuali bila disertai penekanan radiks saraf tambahan yang menyebabkan skiatika. Banyak penelitian LBP sebelumnya terutama berfokus pada usia muda dan dewasa, sementara sedikit perhatian diberikan pada lanjut usia.⁹

Keluhan LBP dapat menurunkan kemampuan produktivitas dan kemampuan fungsional manusia, keluhan semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia.¹⁰ Gejala *low back pain* bervariasi mulai dari rasa nyeri ke sensasi tertusuk atau tertembak. Rasa sakit ini dapat membuat penderita sulit untuk bergerak atau berdiri tegak. Banyak faktor resiko yang mempengaruhi nyeri punggung bawah baik dari faktor usia, jenis kelamin, kebiasaan merokok, kebiasaan olahraga, IMT (Indeks Massa Tubuh), genetik, faktor pekerjaan, dan sebagainya. Individu dengan LBP dapat mengalami nyeri yang bervariasi mulai dari ringan sampai berat dan dapat berlangsung dalam jangka waktu pendek atau

panjang. Namun yang terjadi, LBP dapat membuat kegiatan sehari-hari sulit dilakukan.⁹ Disabilitas fungsional diselidiki di 60% studi, dan LBP terbukti menghambat fungsionalitas dan mengakibatkan ketergantungan besar untuk aktivitas sehari-hari dan kapasitas fisik.⁹

Activity of daily living (ADL) didefinisikan sebagai kegiatan melakukan aktivitas atau pekerjaan rutin. ADL digunakan untuk mengetahui tingkat ketergantungan atau besarnya bantuan yang diperlukan seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Cakupan pada ADL antara lain: kegiatan toilet, makan, berpakaian/berdandan, mandi, dan mobilitas/berpindah tempat.¹¹ Salah satu kriteria yang dapat dipakai untuk menilai ADL adalah Indeks Katz, penilaian didasarkan pada kemampuan lansia untuk melakukan ke 6 hal yang dikriteriakan untuk memastikan status fungsional usia lanjut.¹¹ *Activity of daily living* (ADL) pada penderita nyeri akan mengalami gangguan, pada umumnya mereka menghindari untuk mengerjakan ADL karena menghindari nyeri.¹²

Berdasarkan penelitian Wawan Ridwan Mutaqin pada tahun 2016, yang dilakukan pada lansia di Desa Sobokerto Kecamatan Ngemplak Kabupaten Boyolali, bahwa hasil penelitian didapatkan semakin tinggi intensitas nyeri punggung bawah maka kemandirian ADL semakin menurun.¹² Hal tersebut juga sesuai dengan penelitian oleh Shonafi (2011) bahwa terdapat korelasi atau hubungan yang kuat antara keluhan nyeri punggung bawah terhadap disabilitas aktivitas sehari-hari pada pasien RSUD Dr. Moewardi Surakarta, hal ini berarti semakin tinggi intensitas nyeri akan diikuti juga dengan peningkatan pada disabilitas aktivitas sehari-hari.¹²

Kabupaten Lima Puluh Kota merupakan salah satu kabupaten di Provinsi Sumatera Barat, daerah ini berada di bagian Timur Sumatera Barat.¹³ Menurut Proyeksi Penduduk Kabupaten/Kota Sumatera Barat di tahun 2020, menunjukkan presentase jumlah lansia di Kabupaten Lima Puluh Kota 13,15 %. Presentase tersebut cukup besar dibandingkan dengan Kota Padang sendiri sebesar 7,42 %.¹⁴ Berdasarkan data jumlah penduduk lansia di Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguak Kabupaten Lima Puluh Kota, didapatkan jumlah lansia yang berusia di atas 60 tahun sebanyak 1576 orang. Berdasarkan wawancara terhadap salah satu kader kesehatan di Puskesmas Padang Kandis, bahwa sebagian lansia

yang berobat di puskesmas ini sangat aktif dengan kegiatan senam lansia yang menjadi salah satu program di Posyandu Lansia Jorong Koto Kociak yang jaraknya sekitar 200 meter dari puskesmas.

Low Back Pain apabila tidak ditangani dengan baik, nyeri yang dirasakan terus bertambah dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Hal ini mengakibatkan lansia ketergantungan yang memerlukan bantuan orang lain pula. Peneliti memperoleh data bahwa tidak sedikit lansia yang mengalami masalah kesehatan, sehingga mereka tidak aktif melakukan berbagai kegiatan lansia di posyandu karena ADL yang terganggu, namun masih banyak juga lansia yang melakukan kegiatan sehari-hari dengan mandiri. Berdasarkan data penelitian terakhir di Puskesmas Padang Kandis tahun 2019 tentang sepuluh penyakit terbanyak yang ada di wilayah Puskesmas Padang Kandis, bahwa belum ada penelitian tentang Tingkat Nyeri Low Back Pain dan ADL pada lansia yang dilakukan di wilayah Puskesmas Padang Kandis. Jadi data pasti mengenai lansia yang mengalami keluhan Low Back Pain di Puskesmas Padang Kandis belum ada.

Berdasarkan ulasan di atas, peneliti tertarik untuk menggali lebih dalam mengenai Hubungan Tingkat Nyeri *Low Back Pain* terhadap *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguak Kabupaten Lima Puluh Kota.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan tingkat nyeri *Low Back Pain* dengan *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguak Kabupaten Lima Puluh Kota.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini untuk menganalisis hubungan tingkat nyeri *Low Back Pain* dengan *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguak Kabupaten Lima Puluh Kota.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik responden *Low Back Pain* di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguk Kabupaten Lima Puluh Kota.
2. Mengetahui tingkat nyeri *Low Back Pain* pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguk Kabupaten Lima Puluh Kota.
3. Mengetahui *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguk Kabupaten Lima Puluh Kota.
4. Mengetahui hubungan tingkat nyeri *Low Back Pain* dengan *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguk Kabupaten Lima Puluh Kota.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Puskesmas Padang Kandis

1. Menambah data keluhan penyakit *Low Back Pain* pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis.
2. Diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi Puskesmas Padang Kandis dalam menangani pasien lansia yang menderita *Low Back Pain*.
3. Dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam menyusun kebijakan yang dapat menurunkan prevalensi *Low Back Pain* pada masyarakat sekitar wilayah kerja Puskesmas.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi Kesehatan Lain

1. Data dan hasil yang diperoleh dari penelitian dapat dijadikan suatu patokan tolak ukur lansia yang menderita *Low Back Pain* bagi institusi kesehatan lain khususnya puskesmas lain.
3. Dapat dijadikan referensi sebagai upaya institusi kesehatan lain dalam meningkatkan kualitas pelayanan untuk menurunkan *Low Back Pain*.

1.4.3 Manfaat Institusi Pendidikan

1. Dapat digunakan untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai hubungan tingkat nyeri *Low Back Pain* dengan *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguak Kabupaten Lima Puluh Kota.

2. Dapat digunakan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut hubungan tingkat nyeri *Low Back Pain* dengan *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguak Kabupaten Lima Puluh Kota.

1.4.4 Manfaat Bagi Peneliti

1. Dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan penulis dalam mempelajari lebih lanjut tentang hubungan tingkat nyeri *Low Back Pain* dengan *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguak Kabupaten Lima Puluh Kota.

2. Hasil penelitian nantinya dapat digunakan untuk syarat mendapatkan gelar sarjana kedokteran.

1.4.5 Manfaat Bagi Peneliti Lain

1. Bagi peneliti lain, dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan penambahan gagasan untuk penelitian sejenis yang berkaitan dengan hubungan tingkat nyeri *Low Back Pain* dengan *Activity Daily Living* (ADL) pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguak Kabupaten Lima Puluh Kota.

