

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

*Massage* adalah teknik pijatan yang dilakukan dengan sentuhan tangan dengan tujuan merelaksasi dan menenangkan otot, meningkatkan sirkulasi aliran darah, dan mengurangi ketegangan dan kelelahan otot serta mengembalikan kebugaran. Permatasari, (2020). *Massage* juga mencakup tekanan pada jaringan lunak tangan, tanpa menggerakkan atau mengubah posisi sendi adalah otot, tendon, atau ligament. Tujuan pemijatan adalah untuk meredakan ketegangan, meningkatkan relaksasi, dan memperkuat tulang belakang. Kili, A. dkk (2021)

Berbagai titik pemicu miofasial di seluruh tubuh dapat distimulasi dan ditekan dengan berbagai tingkat tekanan. Pijatan dapat mendorong tubuh untuk melepaskan senyawa endorfin, yang meredakan rasa sakit dan menciptakan perasaan nyaman. Ayu Handayany et al., (2020) Faktor fisiologis seperti sikap tubuh yang buruk secara terus menerus dan berulang adalah salah satu penyebab gangguan pada tulang dan otot. Faktor-faktor ini menyebabkan sakit pada sendi, ligament, dan tendon yang menyebabkan nyeri. Surya Syahputra Berampu, (2023)

Ketika jaringan terluka, otot tegang, atau aliran darah tidak lancar, tubuh bertindak untuk menghilangkan nyeri sebagai mekanisme pertahanan. Lukman & Ningsih, (2019). Di Inggris Raya, nyeri punggung adalah penyebab utama ketidak hadiran kerja, sekitar 3,5 juta pekerja kehilangan pekerjaan setiap hari karena gangguan muskuloskeletal, terutama nyeri punggung bawah. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) melaporkan bahwa 2-5% pekerja di negara-negara maju dan 15% pekerja di industri baja dan perdagangan menderita ketidaknyamanan punggung setiap tahunnya.

Menurut data statistik Amerika, prevalensi punggung bawah nyeri adalah sekitar 15-20% setiap tahunnya. Sekitar 90% kasus punggung nyeri bukan disebabkan oleh masalah organik; melainkan disebabkan oleh kelainan posisi tubuh saat bekerja, seperti perbedaan posisi pria kiri dan kanan. Di Indonesia,

disebutkan bahwa tidak ada upaya yang harus dilakukan untuk mengatasi masalah yang timbul. Dengan kata lain, hanya sekitar 10–20% dari mereka yang mencari pertolongan medis untuk penyakitnya. Lestari, (2021)

Penelitian yang dilakukan oleh Saputra et al., (2023) dengan judul “Terapi Komplementer Hot Stone Massage Guna Mengurangi Nyeri Punggung” Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai rerata nyeri punggung bawah sebelum dilakukan pijat batu panas sebesar 4,38 standar deviasi (SD) sebesar 1,204 dan nyeri yang dirasakan sebesar 4,38. Skor rata-rata punggung bawah setelah perawatan pijat batu panas adalah 1,56. Sedangkan kekuatan punggung turun menjadi rata-rata 2,82.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Siti Muawanah, (2023) tentang “Efektivitas Pijat Effleurage Segmen III Terhadap Nyeri Punggung Ibu Hamil” Analisis univariat menunjukkan bahwa sebaran responden sebelum dilakukan pemeriksaan didominasi oleh 18 orang (60%) pada skala nyeri sedang, 8 orang (26,67%) pada skala 5 orang, dan 6 orang pada skala terendah. 4 orang (26,67%) selanjutnya dilakukan intervensi pijat dada (post test) dan hasilnya Tn. H tergolong dalam kategori “nyeri ringan” dengan skala 3 sama dengan 3 orang (10%), 2 sama dengan 14 orang (46,67%), dan 1 sama dengan 13 orang (43,33%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa intervensi effleurage sendi siku merugikan sebagai penyebab ruptur tendon punggung pada trimester ketiga kehamilan.

Berdasarkan permasalahan kasus diatas, penulis memutuskan untuk melakukan studi kasus pada pasien nyeri punggung bawah yang diuraikan dalam karya ilmiah akhir “Pemberian Terapy Pijat Nyeri Punggung di Klinik Terapi Zein Holistik Kota Makassar”

## **B. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan utama penulisan Laporan Tugas Akhir ini adalah untuk memperoleh pemahaman yang lebih baik tentang Pemberian Terapi Pijat Pada Nyeri Punggung di Klinik Terapi Zein Holistik Kota Makassar

### **2. Tujuan Khusus**

a. Untuk mengetahui gambaran dari terapi pijat terhadap nyeri punggung.

## **C. Manfaat**

### **1. Bagi Profesi Keperawatan**

Meningkatkan keterampilan dan pengetahuan keperawatan untuk menangani pasien dengan nyeri punggung

### **2. Bagi Institusi**

Menambah pengetahuan dan pengalaman profesi dan juga mempertajam kemampuan profesi keperawatan dalam merawat pasien yang menderita nyeri punggung

### **3. Bagi Masyarakat**

Dengan diselesaikannya asuhan keperawatan pada pasien diharapkan mampu melakukan upaya pencegahan tentang penyakit nyeri punggung.