

KARYA TULIS ILMIAH

**PEMBERIAN TERAPI KOMPRES DINGIN DALAM MENGATASI *LOW BACK PAIN* PADA WARGA YANG BERPROFESI SEBAGAI PERAWAT
DI TAMBAK WEDI BARU RT 05 RW 03 SURABAYA**



Disusun Oleh :

Ary Sandra Monica, S.Kep

Nim. 20204663015

**PROGRAM STUDI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

2021

KARYA TULIS ILMIAH
**PEMBERIAN TERAPI KOMPRES DINGIN DALAM MENGATASI *LOW BACK PAIN* PADA WARGA YANG BERPROFESI SEBAGAI PERAWAT
DI TAMBAK WEDI BARU RT 05 RW 03 SURABAYA**

Untuk Memperoleh Gelar Ners
Pada Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surabaya



Disusun Oleh :

Ary Sandra Monica, S.Kep

Nim. 20204663015

PROGRAM STUDI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA

2021

PERNYATAAN TIDAK MELAKUKAN PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ary Sandra Monica

NIM : 20204663015

Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan

Program Studi : Profesi Ners

Menyatakan bahwa karya tulis ini benar-benar tulisan karya sendiri bukan hasil plagiasi baik sebagian maupun keseluruhan, bila dikemudian hari terbukti hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai ketentuan di Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 14 Oktober 2021

Yang Membuat pernyataan



Ary Sandra Monica, S.Kep

(20204663015)

PERSETUJUAN

Karya tulis ini telah diperiksa dan disetujui isi serta susunannya, sehingga dapat diajukan dalam ujian sidang pada Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya.

Surabaya, 14 Oktober 2021

Menyetujui,

Pembimbing I



Dr. Eni Sumarliyah, S.Kep., Ns., M.Kes

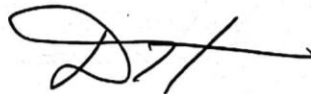
Pembimbing II



Nugroho Ari, S.Kep., Ns., M.Kep

Mengetahui,

Ketua Program Studi



Aries Chandra A, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.An

PENGESAHAN

Karya Tulis Ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Ujian Karya Tulis pada tanggal 14 Oktober 2021 oleh mahasiswa atas nama Ary Sandra Monica, S.Kep NIM 20204663015

Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya

TIM PENGUJI

Ketua : Dr. Pipit Festi, S.KM., M.Kes

(.....)

Anggota 1 : Dr. Eni Sumarliyah, S.Kep.,Ns., M.Kes

(.....)

Anggota 2 : Nugroho Ari, S,Kep.,Ns., M.Kep

(.....)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surabaya

Dr. Nur Mukarramah, S.KM., M.Kes



KATA PENGANTAR

Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT, tuhan semesta alam yang tidak pernah berhenti memberikan nikmat kepada mahluk yang hidup dan mati atas kehendaknya. Tak lupa sholawat serta salam semoga tercurah kepada baginda Rasulullah Muhammad SAW, beserta keluarga serta sahabatnya, sebagai suri tauladan yang baik sebagai umat muslim didunia. Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menempuh ujian akhir Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas Muhammadiyah Surabaya, pada tahun 2021 dengan judul penelitian “Pemberian Terapi Kompres Dingin Dalam Mengatasi Low Back Pain Pada Warga Yang Berprofesi Sebagai Perawat di Tambak Wedi Baru RT 05 RW 03 Surabaya” dalam penyusunan karya tulis ini peneliti banyak mendapatkan bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak untuk itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. dr. Sukadiono, M.M selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya, yang telah memberikan kesempatan menempuh Pendidikan di Universitas Muhammadiyah Surabaya
2. Dr. Nur Mukarromah, SKM., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Suarabaya, yang telah memberikan izin melakukan penelitian
3. Aries Chandra A, S.Kep.,Ns., M.Kep., Sp.An selaku Kaprodi Fakultas ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya, yang telah melancarkan proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah.
4. Dr. Eni Sumarliyah, S.Kep.,Ns., M.Kes selaku Dosen Pembimbing I yang telah membimbing saya dalam Menyusun Karya Tulis ini sehingga saya dapat menyelesaikan dengan baik.

5. Nugroho Ari, S,Kep.,Ns., M.Kep selaku Dosen Pembimbing II yang telah membimbing saya dalam Menyusun Karya Tulis ini sehingga saya dapat menyelesaikan dengan baik.
6. Dr. Pipit Festi, SKM., M.Kes selaku ketua Penguji yang telah memberikan masukan dan saran dalam proses Menyusun Karya Tulis Ilmiah dan telah memberi izin penelitian.
7. Seluruh jajaran dosen Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah memberikan banyak sekali Ilmu Pengetahuan.
8. Kepada kedua orang tua saya Jumari dan Suryaningsih yang telah bekerja banting tulang untuk membiayai saya sampai saat ini dan selalu mendukung mendoakan saya dimanapun dan kapanpun
9. Kepada M. Fajrul Falah, S.T yang telah menyemangati saya dalam proses pengerjaan KTI ini. Berkat dukungan semangat yang telah diberikan sehingga saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan tepat waktu.
10. Kepada sahabat seperjuangan Dwi Putri Rateh, Andy limanata, Dwi ana, Rio, Chila terimakasih telah menemani proses perjuangan penyusunan KTI.
11. Kepada Bangtan Sonyeondan Kim Namjoon, Kim Seok Jin, Min Yoongi, Jung Hoseok, Park Jimin, Kim Taehyung, dan yang terahir Jeon Jungkook Terimakasih telah memberikan semangat dan dukungan melalui lagu Answer: Love Myself.
12. Kepada teman teman satu perjuangan Profesi Ners A12

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Lembar Pernyataan	ii
Lembar Persetujuan	iii
Lembar Pengesahan	iv
Kata Pengantar	v
Abstrak	vii
Daftar Isi	ix
Daftar Tabel	xi
Daftar Gambar	xii
Daftar Lampiran	xiii
Daftar Singkatan	xiv

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang	1
1.2 Pertanyaan Penelitian	4
1.3 Tujuan	4
1.4 Manfaat penelitian	4

BAB II STUDI LITERATUR

2.1 Konsep Pemberian Kompres Dingin	6
2.1.1 Definisi Kompres dingin	6
2.1.2 Tujuan Pemberian Kompres	6
2.1.3 Fisiologi Kompres Dingin	6
2.2 Konsep Perawat	6
2.3 Konsep Low Back Pain	7
2.3.1 Definisi	7
2.3.2 Etiologi	8
2.3.3 Klsifikasi	9
2.3.4 Patofisiologi	11
2.3.5 Skala Nyeri	13
2.3.6 Faktor Resiko	14
2.3.7 Aktivitas perawat yang beresiko terkena nyeri punggung	16
2.3.8 Dampak Bagi Pelayanan Kesehatan	19
2.3.9 Penatalaksanaan	19
2.3.10 Pengkajian Nyeri	20
2.4 Kerangka Konsep	21

BAB III ANALISA KASUS

3.1 Deskripsi Kasus	22
3.2 Desain Penelitian	24

3.3 Unit Analisis dan Kriteria Interpretasi	24
3.3.1 Unit Analisis	24
3.3.2 Kriteria Interpretasi	25
3.4 Lokasi Dan Studi Kasus	26
3.5 Prosedur Pengambilan Data	26
3.6 Instrumen Penelitian	27
3.7 Analisa Data	27
3.8 Etika Penelitian	27
3.8.1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	27
3.8.2 Anatomy (Tanpa Nama)	28
3.8.3 Confidentiality (Kerahasiaan)	28
3.8.4 Beneficence dan Non Melefecece	28
3.8.5 Justic (Keadilan)	28

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian	29
4.1.1 mengidentifikasi low back pain pada perawat sebelum diberikan intervensi terapi kompres dingin	29
4.1.2 mengidentifikasi pelaksanaan pemberian terapi kompres dingin untuk menurunkan skala nyeri low back pain pada warga yang berprofesi sebagai perawat di tambak wedi baru RT 05 RW 03 surabaya	34
4.1.3 mengidentifikasi low back pain pada perawat sesudah diberikan intervensi terapi kompres dingin	34
4.2 Pembahasan	35
4.2.1 mengidentifikasi low back pain pada perawat sebelum diberikan intervensi terapi kompres dingin	35
4.2.2 mengidentifikasi pelaksanaan pemberian terapi kompres dingin untuk menurunkan skala nyeri low back pain pada warga yang berprofesi sebagai perawat di tambak wedi baru RT 05 RW 03 surabaya.	38
4.2.3 mengidentifikasi low back pain pada perawat sesudah diberikan intervensi terapi kompres dingin	40

BAB V PENUTUP

5.1 Kesimpulan	42
5.2 Saran	43

DARTAR TABEL

Tabel 4,1 Karakteristik Responden	31
Tabel 4.2 Karakteristik Nyeri Sebelum Diberikan Terapi	32
Tabel 4.3 Pengkajian Nyeri	33
Tabel 4.4 Faktor Individu	34
Tabel 4.5 Faktor Pekerjaan	34
Tabel 4.6 Skala <i>Nyeri Low Back Pain</i> pada perawat sebelum dan sesudah diberi intervensi terapi kompres dingin	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Visual Analog Scale (VAS)	13
Gambar 2.2 Numeric Rating Scale (NRS)	13
Gambar 2.3 Wong Baker Pain Rating Scale	14
Gambar 2.4 Cold Pack Gel	20
Gambar 2.5 Kerangka Konsep Low Back Pain Pada Perawat Di Rumah Sakit ..	21

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Ijin Data Awal Ke BangkesBangpol

Lampiran 2 Surat Permohonan Ijin Penelitian Ke BangkesBangpol

Lampiran 3 Surat Permohonan Ijin Data Awal dan Penelitian Ke Dinas Kesehatan

Lampiran 4 Surat Permohonan Ijin Penelitian Ke Pukesmas Tambak Wedi

Lampiran 5 Kuesioner low Back Pain Pada Perawat

Lampiran 6 Kuesioner Setelah dilakukan Terapi Kompres Dingin Pada Perawat Yang Mengalami Low Back Pain

Lampiran 7 Dokumentasi Penelitian Gambar saat proses penelitian kepada Tn. J

Lampiran 8 SOP kompres dingin

DAFTAR SINGKATAN DAN ISTILAH

- LBP : *Low Back Pain* yang artinya nyeri punggung
- NRS : *Numeric Rating Scale* skala nyeri yang digunakan adalah angka 1-10
- PLBP : *Prevelensi Low Back Pain* adalah kuesioner yang digunakan untuk data karakteristik nyeri

DAFTAR PUSTAKA

- Adetia Kusuma (2017). Hubungan kemampuan fungsional dan derajat nyeri pada pasien low back pain mekanik di instalasi rehabilitasi medik RSUP. DR. KARIADI Semarang
- Aditya Sekti Wibowo (2015). Hubungan lama kerja perawat dengan penggunaan sarung tangan pada tindakan invasif di ruang rawat inap RSUD Dr. H Soewandi, Kendal : Stikes Telogorejo Semarang
- Afrizal Eka Rahmadhani (2015). Gambaran gangguan fungsional dan kualitas hidup pada pasien low back pain mekanik. Semarang : Universitas Diponegoro Semarang
- Alfin Nur Bintang dan Shanty Kusuma Dewi (2017). Analisa Postur Kerja Menggunakan Metode OWAS dan RULA. Malang : Universitas Muhammadiyah Malang
- Alimul Hidayat A,A (2017). Metodologi Penelitian Keperawatan dan Kesehatan. Jakarta : Selemba Medika
- Ana Zakiyah (2015). Nyeri Konsep Penatalaksanaan dalam Praktik Keperawatan Berbasis Bukti. Jakarta : Penerbit Selemba Medika
- Andina Vita Susanto dan Yuni Fitria (2017). Kebutuhan Dasar Manusia Teori dan Aplikasi Dalam Praktik Keperawatan Profesional. Bantul Yogyakarta.
- Ariek Kurnia Puspita Dewi. Tarwaka, Dwi Astuti (2015). Hubungan tingkat resiko postur kerja dan karakteristik individu dengan tingkat resiko keluhan low back pain pada perawat bangsal kelas III di rumah sakit PKU Muhammadiyah Surakarta. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Arif Syaifullah (2015). Hubungan Tingkat Pengetahuan Perawat Dengan Tidakan Perawat Dalam Manajemen Nyeri Post Operasi di Bangsal Bedah RSUD DR SOEHADI PRIJONEGORO SRAGEN. Surakarta : Stikes Kusuma Husada
- Astuti R D (2007). Analisa pengaruh aktivitas kerja dan beban angkat terhadap kelelahan muskuloskeletal. Teknik industri fakultas teknik Universitas Sebelas Maret : Surakarta
- Aulia Yuspina (2018): Pengaruh Kompres Air Hangat dan Air dingin terhadap nyeri tulang belakang ibu hamil trimester III di wilayah kerja pukesmas pajapolah tahun 2018. Tasikmalaya Jawa barat : Stikes Dharma Bandung.
- Edi Budiman dan Ratih Setyaningrum. Perbandingan Metode-metode Biomekanika untuk menganalisis postur pada aktivitas manual material handling (MMH) kajian pustaka. Purwokerto : Program studi Teknik Industri Sekolah Tinggi, Worotomo
- Erwin Dyah Nawawetu (2006). Low back pain pada perawat RSUD Dr. Soetomo dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Surabaya : Universitas Airlangga Esya
- Hartiyah (2009) Hubungan berdiri lama dengan keluhan nyeri punggung bawah miogenik pada pekerja kasir. Fakultas Kesehatan Masyarakat. Universitas Indonesia
- Himawan fathoni. Handoyo, keksi Girindra Swasti (2009). Hubungan sikap dan posisi kerja dengan low back pain pada perawat di RSUD Purbalingga.

- Jurnal keperawatan Soedirman (The Soedirman Jurnal of Nursing) volume 4, No 3. Purwokerto: Universitas Jendral Soedirman Purwokerto.
- Ikadek Riyaldi Pranadiva (2017). Penilaian Nyeri. Denpasar Bali : Smf Anestesiologi dan terapi intensif Fakultas Kedokteran Universitas Udayana RSUP Sanglah Denpasar
- Indriasri Jessi. Harmilah, Maryana (2017). Hubungan beban kerja perawat ruang operasi dengan kejadian low back pain pada perawat ruang operasi di RSUD kota Yogyakarta. Yogyakarta: Politeknik kesehatan Yogyakarta.
- Indriasri Jessi. Harmilah, Maryana (2017). Hubungan beban kerja perawat ruang operasi dengan kejadian low back pain pada perawat ruang operasi di RSUD kota Yogyakarta. Yogyakarta: Politeknik kesehatan Yogyakarta.
- Kalena Kusuma Dharma (2011). Metodologi Penelitian Keperawatan Panduan melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian edisi revisi. Jakarta : Transinfo Media
- Koizer, Erb, Berman. Snyder (2010). Buku ajar Fundamental Keperawatan : Konsep, Proses & Praktik, volume : 1, edisi 7, EGC : Jakarta Kuswana, WS (2014). Ergonomi dan kesehatan dan keselamatan kerja. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Meily L Kurnawidjaja (2014). Pengendalian resiko ergonomi kasus low back pain pada perawat di rumah sakit. Depok : Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia
- Susilostyo Andarmoyo (2013). Konsep & proses keperawatan nyeri. Sleman Yogyakarta: AR-RUZZ MEDIA