

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar belakang**

Perawat memiliki aktifitas yang sangat bervariasi antara lain melakukan medikasi, mengangkat, memindahkan pasien serta membantu pasien untuk melakukan mobilisasi. Adanya beban kerja perawat sering kali menimbulkan berbagai keluhan, salah satunya adalah nyeri punggung. Seorang perawat yang mengalami nyeri punggung akan terganggu produktivitas kerjanya. Produktivitas kerja yang menurun pada akhirnya akan berdampak pada kualitas pelayanan pasien. Nyeri mempengaruhi beban kerja perawat, kondisi pasien yang selalu berubah, perawat memiliki aktivitas yang sangat bervariasi antara lain melakukan medikasi, mengangkat, mendorong, menarik, menjangkau, membawa benda, memindahkan pasien, membantu pasien untuk melakukan mobilisasi. Aktivitas kerja di rumah sakit cukup berat dan mempunyai potensi timbulnya penyakit akibat kerja (Sarwili 2015)

Studi Beban Penyakit Global memperkirakan bahwa nyeri punggung bawah adalah salah satu dari 10 penyakit dan cedera teratas yang menyumbang jumlah tertinggi di seluruh dunia.<sup>1</sup> Sulit untuk memperkirakan kejadian nyeri punggung bawah karena kejadian pertama kali nyeri punggung bawah sudah tinggi pada awal masa dewasa dan gejala cenderung berulang dari waktu ke waktu. Prevalensi seumur hidup nyeri punggung bawah non-spesifik (umum) diperkirakan 60% sampai 70% di negara-negara industri (prevalensi satu tahun 15% sampai 45%, kejadian dewasa 5% per tahun). Tingkat prevalensi untuk anak-anak dan remaja lebih rendah daripada yang terlihat pada orang dewasa tetapi meningkat.<sup>2,3</sup> Prevalensi meningkat

dan mencapai puncaknya antara usia 35 dan 55 tahun. 4 Seiring bertambahnya usia populasi dunia, nyeri punggung bawah akan meningkat secara substansial karena kerusakan cakram intervertebralis pada orang tua. Di Indonesia, penelitian yang dilakukan oleh Community Oriented Program for Control of Rheumatic Disease/COPORD menunjukkan prevalensi nyeri punggung bawah 18,2% pada laki-laki dan 13,6% pada wanita (Who. 2017 Rumiwati, 2019)

*Low Back Pain* adalah keluhan rasa nyeri, ketegangan otot atau rasa kaku di daerah pinggang yaitu di pinggir bawah iga sampai lipatan bawah bokong. *Low back pain* pada perawat terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi nyeri punggung pada perawat meliputi usia, jenis kelamin, indeks masa tubuh (IMT), kebiasaan merokok. Beberapa faktor pekerjaan seperti posisi saat bekerja yang salah dapat menimbulkan nyeri punggung yang sangat mengganggu aktivitas saat melakukan pekerjaan. Perawat sebagai salah satu profesi yang beresiko mengalami nyeri punggung. Laki laki dan perempuan memiliki jumlah resiko yang sama terhadap resiko nyeri punggung, namun pada data dilapangan jenis kelamin sangat mempengaruhi faktor nyeri punggung, wanita memiliki keluhan karna mengalami siklus menstruasi, menoupos juga membuat kepadatan tulang berkurang akibat penurunan hormon ekterogen. (Marquis & huston 2004, Mastini 2013, kurnawidjaja 2014). Perawat memiliki tugas untuk melayani klien dalam memenuhi setiap kebutuhan dasar selama di rumah sakit, perawat dituntut untuk berkerja secara professional memberikan waktu dan tenaga dalam memenuhi kebutuhan klienna. Beban kerja perawat yang berlebihan akan berpengaruh terhadap Kesehatan perawat dan berdampak perawat tidak bisa

memberikan pelayanan kesehatan secara maksimal akibat nyeri punggung yang di derita.

Kompres dingin adalah salah satu metode dalam penggunaan suhu rendah setempat yang dapat menimbulkan beberapa efek fisiologis. Diperkirakan bahwa terapi dingin menimbulkan efek analgesic dengan memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga implus nyeri yang mencapai otak lebih sedikit. Penatalaksanaan nyeri punggung memberikan kompres dingin dapat meredakan nyeri dan merilekan otot dan memiliki efek sedative dan meredakan nyeri. Kompres dingin dapat membuat area menjadi mati rasa, memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga memperlambat hantaran implus nyeri. Kompres hangat adalah metode yang digunakan untuk membantu menurunkan demam, pembuluh darah yang melebar akibat suhu hangat bisa membantu mengeluarkan panas dari tubuh, dapat digunakan untuk kompres cedera meredakan nyeri otot atau sendi. Hasil penelitian aulia yuspina jumlah sampel 56 orang dan menunjukkan hasil bahwa Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai intensitas nyeri punggung pada perlakuan kompres hangat sebesar 1.61 sementara intensitas nyeri punggung pada perlakuan kompres dingin sebesar 0.57. Maka dapat diambil kesimpulan bahwa kompres dingin lebih baik dibandingkan dengan kompres hangat karena nilai rata-rata turunnya rasa sakit pada punggung sebesar 0.57. Kesimpulannya yaitu ada perbedaan tingkat nyeri sebelum dan setelah dilakukan kompres air hangat dan dingin dan kompres dingin lebih baik dalam penurunan nyerinya dibandingkan dengan kompres hangat. (Aulia Yuspina, 2018)

Berdasarkan gambaran tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi kompres dingin dapat mengatasi keluhan *Low Back Pain* pada warga yang berprofesi sebagai perawat di tambak wedi baru RT 05 RW 03 Surabaya.

## **1.2 Pertanyaan penelitian**

“Bagaimana pengaruh pemberian terapi kompres dingin dalam mengatasi keluhan *Low Back Pain* pada warga yang berprofesi sebagai perawat di tambak wedi baru RT 05 RW 03 surabaya .”

## **1.3 Tujuan**

1. Mengidentifikasi *low back pain* pada perawat sebelum diberikan intervensi terapi kompres dingin
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
3. Mengidentifikasi *low back pain* pada perawat sesudah diberikan intervensi terapi kompres dingin

## **1.4 Manfaat penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini bermanfaat untuk mengembangkan teori yang sudah ada tentang teori *Low Back Pain* pada perawat diberi intervensi terapi kompres dingin menggunakan *Cold Pack* dan dibuktikan langsung dengan fakta kejadian dari data penelitian ini membuktikan bahwa kompres dingin efektif mengurangi intensitas nyeri punggung.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Institusi Pendidikan

Semakin banyak penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa di kampus, berdampak baik bagi perguruan tinggi karna mampu meningkatkan reputasi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya. Diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat dan dijadikan sebagai salah satu acuan untuk penelitian berikutnya.

2. Rumah sakit / Pelayanan kesehatan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan untuk merencanakan program K3 keselamatan dan kesehatan kerja bagi perawat sehingga dapat meningkatkan pelayanan kesehatan yang lebih baik di rumah sakit .

3. Bagi Perawat atau profesi

Dengan diketahuinya faktor yang menyebabkan keluhan nyeri punggung maka dapat dilakukan upaya untuk mencegah resiko dari keluhan nyeri punggung, agar tidak terjadi kecacatan permanen.

4. Responden

Bagi responden perawat saat bekerja di rumah sakit agar dapat memahami sikap kerja yang baik dan benar agar terhindar dari nyeri punggung.