

## BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

Pada bab ini akan dipaparkan hasil 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” dengan jumlah responden 2 orang perawat. Penelitian ini berlangsung pada tanggal 6-12 Agustus 2021. Data yang diperoleh akan diajikan berbentuk deskripsi, Pada saat penelitian responden tidak mengkonsumsi obat analgesic karena peneliti ingin mengetahui keefektifan penurunan intensitas nyeri setelah diberikan terapi kompres dingin

### 1.1 Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan selama satu minggu pada kedua responden berikut merupakan hasilnya

#### 1.1.1 Mengidentifikasi *low back pain* pada perawat sebelum diberikan intervensi terapi kompres dingin

No.	Pertanyaan	Tn J	Ny.H
1.	Usia	52 Tahun	27 Tahun
2.	Jenis Kelamin	Laki -laki	Perempuan
3.	Tinggi Badan / Berat Badan	163 Cm / 73 Kg	158 Cm / 27 tahun
4.	Masa Kerja	30 Tahun	5 Tahun
5.	apakah pernah mengalami nyeri punggung, keluhan muncul pertama kali	Pernah, 2010	Pernah, 2019

Tabel 4.1 Karakteristik Responden

Tabel 4.2 Karakteristik Nyeri Sebelum di Berikan Terapi Kompres dingin

No.	Pertanyaan	Tn. J	Ny. H
1.	Berapa skala nyeri jika diukur menggunakan Numeric Rating Scale 0-10	4	3
2.	Kategori nyeri	Nyeri Sedang	Nyeri Ringan

Berikut adalah data Karakteristik Nyeri sebelum diberikan intervensi Terapi Kompres dingin menggunakan kuessioner *Prevelensi Low Back Pain* dan pengkajian menggunakan *Numeric Rating Scale 0-10*. Mendapatkan hasil Tn, J skala nyeri 4 dengan kategori Nyeri Sedang. Pada Ny. H mendapatkan hasil skala nyeri 3 dengan kategori Nyeri Ringan.

No.	Pengkajain Nyeri	Tn J	Ny.H
1.	P : Provokes, palliative atau bisa disebut penyebab rasa sakit atau nyeri itu muncul. Apakah ada hal yang menyebabkan kondisi memburuk	low back pain muncul disebabkan pekerjaan yang mengharuskan mengangkat atau memindahkan pasien secara berulang-ulang	penyebab nyeri yaitu melakukan pekerjaan yang mengharuskan posisi membungkuk tanpa beban dilakukan berulang-ulang.
2.	Q : quality atau biasa disebut kualitas nyeri biasanya pasien mendeskripsikan bagaimana rasa nyeri itu muncul seperti rasanya tajam, sakit, meremas, membakar, tertusuk.	Kualitas nyeri yang dirasakan berada pada satu titik yaitu di punggung	Kualitas nyeri yang dirasakan berada pada satu titik yaitu di punggung
3.	R : Radiates penyebaran rasa sakit menyebar atau berada pada satu titik tertentu	rasanya seperti menekan.	rasanya seperti menekan.
4.	S : severity keparahan, mengukur dengan skala nyeri	Pengukuran skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale 0-10 dan mendapatkan hasil skala nyeri 4 yaitu nyeri sedang	Pengukuran skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale 0-10 dan mendapatkan hasil skala nyeri 3 yaitu nyeri ringan.
5.	T : time waktu kapan saat mulai mengalami nyeri	Munculnya nyeri yang dirasakan terasa setelah beberapa jam bekerja dan nyeri yang terasa kemudian bertambah berat saat melakukan pekerjaan.	Munculnya nyeri yang dirasakan terasa setelah beberapa jam bekerja dan nyeri yang terasa kemudian bertambah berat saat melakukan pekerjaan.

Tabel 4.3 Pengkajian Nyeri

Tabel 4.4 Faktor Individu

No.	Pertanyaan	Tn J	Ny.H
1.	Usia	52 tahun	27 tahun
2.	Jenis Kelamin	Laki-laki	Perempuan
3.	Tinggi Badan / Berat Badan	163 Cm / &3 Kg	158 Cm / 27 tahun
4.	Kebiasaan Olahraga	Seminggu 2x Lari pagi, bersepedah,	Seminggu 1x Lari pagi
5.	Kebiasaan Merokok	Tidak	Tidak

Tabel 4.5 Faktor Pekerjaan

No.	Pertanyaan	Tn. J	Ny.H
1.	Posisi saat bekerja yang mengakibatkan nyeri punggung	keluhan low back pain itu muncul dikarenakan salah gerak atau salah posisi yang tidak benar saat mengangkat atau memindahkn pasien.	saat melakukan pekerjaan dengan beban berat keluhan low back pain seketika timbul, terkadang saat melakukan pekerjaan tubuh belum berada pada posisi yang siap dan megakibatkan salah gerak atau gerakan yang mendadak
2.	Masa Kerja	30 tahun	5 tahun
3.	Jam Kerja	8 jam	8 jam
4	Pekerjaan yang membutuhkan tenaga atau beban	Beberapa pekerjaan yang menjadi penyebab nyeri punggung adalah mendorong, memindahkan pasien, mobilisasi pasien,	keluhan low back pain muncul adalah saat memasang infus, injeksi, TTV, menindahkan pasien, mobilisasi

		ttv, injeksi, memasang infus, pekerjaan tersebut membutuhkan gerakan tubuh yang membungkuk karena menyesuaikan tempat tidur pasien dan dilakukan berulang ulang membutuhkan waktu yang tidak sebentar.	pasien.
--	--	--	---------

**1.1.2 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**

Berikut adalah hasil data dari kuesioner setelah diberikan intervensi terapi kompres dingin selama satu minggu berturut turut dan mendapatkan hasil Tn, J skala nyerinya menjadi 2 dengan kategori nyeri ringan. Saat dilakukan terapi kompres dingin sensasi yang dirasakan terasa dingin di punggung dan nyaman relax dan nyeri punggung berangsur angsur membaik dari sebelumnya.

Setelah dilakukan terapi kompres dingin selama 7 hari skala nyeri Ny.H menjadi 1 dengan kategori Nyeri Ringan. Saat dilakukan kompres dingin menggunakan *cold pack* rasanya dingin hingga terasa ketulang dan efeknya langsung terasa saat itu juga dapat meredakan nyeri punggung yang dirasakan setelah bekerja.

**1.1.3 Mengidentifikasi low back pain pada perawat sesudah diberikan intervensi terapi kompres dingin**

Tabel 4.6 sekala nyeri *Low Back Pain* Pada Perawat Sebelum Dan Sesudah Diberi Intervensi Terapi Kompres Dingin

No.	Nama Responden	Skala Nyeri Sebelum di Beri Terapi Kompres Dingin	Skala Nyeri Sesudh di Beri Terapi Kompres Dingin
1.	Tn. J	4	2
2.	Ny. H	3	1

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pengkajian skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* 0-10. Mendapatkan hasil Tn J sebelum diberi terapi kompres dingin skala nyeri sedang 4 dan setelah diberikan intervensi kompres dingin skala nyerinya turun menjadi skala 2 dengan nyeri ringan .

Sementara itu Ny. H skala nyeri sebelum diberikan intervensi terapi kompres dingin pada punggung skala nyerinya 3. Dan membaik setelah diberi terapi kompres dingin menjadi 1 dengan kategori nyeri ringan.

## **1.2 Pembahasan**

### **1.2.1 Mengidentifikasi low back pain pada perawat sebelum diberikan intervensi terapi kompres dingin**

Penelitian ini menggunakan 2 responden yaitu warga RT 05 RW 03 di Tambak Wedi Baru Surabaya yang bekerja atau berprofesi sebagai perawat di rumah sakit. Responden pertama Tn.J berusia 52 tahun dengan jenis kelamin laki-laki dengan masa kerja 30 tahun berat badan 73 Kg dan tinggi 163 Cm. Pengalaman menderita Low Back Pain pertama kali muncul sejak 2010 berarti sudah mengalami 11 tahun terahir. Faktor yang berpengaruh pada *low back pain* muncul disebabkan pekerjaan yang mengharuskan mengangkat atau memindahkan pasien secara berulang-ulang. Kualitas nyeri yang dirasakan berada pada satu titik yaitu di punggung dan rasanya seperti menekan. Pengukuran skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* 0-10 dan mendapatkan hasil skala nyeri 4 yaitu nyeri sedang. Munculnya nyeri yang dirasakan terasa setelah

beberapa jam bekerja dan nyeri yang terasa kemudian bertambah berat saat melakukan pekerjaan. Berdasarkan data tentang pekerjaan dan mendapatkan hasil Tn.J bekerja sebagai perawat dengan jam kerja 8 jam dalam sehari. Saat melakukan memindah pasien atau mengangkat pasien, bekerja sama dengan teman dan saling membantu. Dan saat melakukan pekerjaan dengan beban terlalu berat, keluhan *low back pain* itu muncul dikarenakan salah gerak atau salah posisi yang tidak benar saat mengangkat pasien. Beberapa pekerjaan yang menjadi penyebab nyeri punggung adalah mendorong, memindahkan pasien, mobilisasi pasien, ttv, injeksi, memasang infus, pekerjaan tersebut membutuhkan gerakan tubuh yang membungkuk karena menyesuaikan tempat tidur pasien dan dilakukan berulang ulang membutuhkan waktu yang tidak sebentar. Responden memiliki Riwayat nyeri punggung sejak 2010 dan pernah dirawat dirumah sakit pada tahun 2016 selama seminggu karena nyeri punggung yang mengakibatkan tidak bisa berdiri dan beraktivitas selama satu minggu dan setelah kejadian tersebut responden menggunakan korset untuk menjaga postur tubuh hingga sekarang.

Responden yang kedua yaitu Ny,H berumur 27 tahun berjenis kelamin perempuan dan lama masa kerja 5 tahun, berat badan saat ini adalah 52 Kg dengan tinggi badan 158 CM. Ny.H mengalami nyeri berawal dari 2019 yang artinya 2 tahun terakhir. pengkajian pada Ny.H mendapatkan hasil, jam kerja dalam satu hari yaitu 8 jam. penyebab nyeri yaitu melakukan pekerjaan yang mengharuskan posisi membungkuk tanpa beban dilakukan berulang-ulang. Kualitas nyeri yang dirasakan berada

pada satu titik yaitu di punggung dan rasanya seperti menekan. Pengukuran skala nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* 0-10 dan mendapatkan hasil skala nyeri 3 yaitu nyeri ringan. Munculnya nyeri yang dirasakan terasa setelah beberapa jam bekerja dan nyeri yang terasa kemudian bertambah berat saat melakukan pekerjaan. Responden menjelaskan bahwa cara dia mengangkat atau memindahkan pasien dibantu dengan teman sejawat terkadang juga dibantu dengan keluarga pasien. saat melakukan pekerjaan dengan beban berat keluhan *low back pain* seketika langsung timbul, terkadang saat melakukan pekerjaan tubuh belum berada pada posisi yang siap dan mengakibatkan salah gerak atau gerakan yang mendadak . beberapa pekerja yang mengakibatkan keluhan *low back pain* muncul adalah saat memasang infus, injeksi, TTV, memindahkan pasien, mobilisasi pasien. Hal tersebut berolak belakang dengan faktor individu mulai dari usia, jenis kelamin, tinggi badan, berat badan, dan kebiasaan buruk merokok juga tidak mempengaruhi LBP secara signifikan.

Berdasarkan penelitian dari Indriasari Jessi pada tahun 2017 dengan judul Hubungan beban kerja perawat ruang operasi di RSUD Yogyakarta di sebutkan bahwa Diruang operasi RSUD Kota Yogyakarta Perawat yang pernah mengalami keluhan LBP sebanyak 14 orang (78,5%). Sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara beban kerja perawat ruang operasi dengan kejadian *low back pain*.

Hal ini menunjukkan bahwa faktor pekerjaan yang mempengaruhi tingginya angka kejadian *low back pain* pada perawat. Posisi yang salah saat bekerja seperti membungkuk, memindahkan pasien, menarik atau

menjangkau benda. Posisi yang salah namun dilakukan berulang ulang membuat angka resiko nyeri punggung semakin besar. Semakin lama masa kerja semakin tinggi pula resiko nyeri punggung. Hal itu sangat bertolak belakang dengan faktor individu seperti merokok, berolahraga tidak mempengaruhi LBP secara signifikan.

### **1.2.2 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**

Dalam metode pelaksanaan *low back pain* pada perawat peneliti memberikan terapi kompres dingin menggunakan *Cold Pack* (air dingin) gel beku yang digunakan untuk merawat daerah yang terasa nyeri efek *Cold Pack* yang memiliki sensasi dingin dialirkan ke kulit, otot dan jaringan tubuh . suhu yang dingin menyebabkan vasokonstriksi / penyempitan pembuluh darah vena pada area tersebut maka diharapkan dapat meredakan rasa nyeri. Sebelum terapi kompres dingin dilakukan harus mempersiapkan *Cold Pack* untuk dimasukan ke lemari es selama satu hari dan baru bisa digunakan, *Cold Pack* dibalut menggunakan sehelai kain lalu diletakan di bagian yang terasa nyeri Waktu pemberian kompres dingin disarankan adalah 10-15 menit. *Cold pack* dapat digunakan berulang ulang, sebelum dimasukan kedalam lemari es harus ducuci terlebih dahulu

Hasil penelitian pemberian intervensi terapi kompres dingin pada warga yang berprofesi sebagai perawat mendapatkan hasil keluhan nyeri punggung membaik skala nyeri turun 2 tingkat setelah diberi terapi

kompres dingin selama 7 hari berturut turun. Pemberian intervensi terapi kompres dingin dilakukan dengan cara *Cold Pack* disimpan pada lemari pendingin ice atau *freezer* selama satu hari sebelum dipergunakan. Kemudian baru bisa digunakan pada bagian punggung yang terasa nyeri selama 10-15 menit setiap hari dan dilakukan selama 7 hari berturut turut. Pada saat pemberian terapi kompres dingin Tn.J mengatakan rasanya dingin dan punggung menjadi nyaman dan relax, nyeri punggung berangsur angsur membaik. Sementara itu Ny.H mengatakan rasanya dingin hingga terasa ketulang dan efeknya terasa saat itu juga dapat meredakan nyeri punggung yang dirasaakn setelah bekerja. Pada saat penelitian responden tidak mengkonsumsi obat analgesic karena peneliti ingin mengetahui keefektifan penurunan intensitas nyeri setelah diberikan terapi kompres dingin

Menurut Aulia Yuspina pada tahun 2018 mengatakan bahwa 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.

Hal ini menunjukkan bahwa kompres dingin dapat membuat area nyeri menjadi mati rasa, memperlambat hantaran implus nyeri. Pada hasil temuan pada penelitian ini keluhan nyeri punggung membaik, skala nyeri turun hingga 2 tingkat setelah diberikan terapi kompres dingin selama 7 hari berturut-turut.

### **1.2.3 Mengidentifikasi low back pain pada perawat sesudah diberikan intervensi terapi kompres dingin**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pengkajian skala nyeri menggunakan Numeric Rating Scale 0-10. Mendapatkan hasil Tn J sebelum diberi terapi kompres dingin skala nyerinya 4 masuk kedalam kategori nyeri sedang dan setelah diberikan intervensi kompres dingin skala nyerinya turun menjadi 2 nyeri ringan. Sementara itu Ny. H skala nyeri sebelum diberikan intervensi terapi kompres dingin pada punggung skala nyeri 3 yaitu nyeri ringan. Dan membaik setelah diberi terapi kompres dingin skala nyeri 1 kategori nyeri ringan . Dimana hasil penelitian pemberian intervensi terapi kompres dingin pada warga yabg berprofesi sebagai perawat mendapatkan hasil keluhan nyeri punggung membaik skala nyeri turun 2 tingkat setelah diberikan terapi kompres dingin selama 7 hari berturut,- turut.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Aulia Yuspina pada tahun 2018, dengan judul “Pengaruh Kompres Air Hangat Dan Air Dingin Terhadap Nyeri Tulang Belakang di Wilayah Kerja Puskesmas Rajapolah Tahun 2018” dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai intensitas nyeri punggung kompres dingin lebih baik

dibandingkan dengan Kompres Hangat dengan perbandingan hasil sebelum diberikan kompres dingin rata rata nyeri punggung pada responden adalah 5.464. setelah diberikan kompres dingin rata rata nyeri punggung adalah 0,571.

Hal ini menunjukkan bahwa pemberian intervensi terapi kompres dingin efektif diberikan untuk menurunkan keluhan *low back pain* . kompres dingin lebih praktis digunakan sehari hari ketika nyeri punggung muncul.