BAB I

PENDAHULUAN

Nyeri punggung bawah adalah sensasi nyeri yang muncul di wilayah punggung bagian bawah sampai menyebar hingga ke kaki, terutama di bagian belakang dan samping luar. Penderita nyeri punggung bagian bawah merasakan sakit seperti bisa dirasakan sebagai rasa tidak nyaman, ketegangan, kekakuan, atau rasa sakit yang dapat bervariasi dalam intensitas dan karakteristiknya. Orang yang mengalami nyeri punggung bawah mungkin merasakan sensasi seperti tegang, tajam, tumpul, atau nyeri yang menusuk, Nyeri ini juga bisa terjadi secara lokal di area punggung bawah atau dapat merambat ke daerah lain seperti pinggul, panggul, atau kaki.

Nyeri punggung bawah merupakan salah satu masalah muskuloskeletal yang disebabkan oleh kurangnya aktivitas fisik yang memadai. Hampir 80% populasi mengalami nyeri punggung bawah setidaknya sekali dalam hidup mereka, menjadikannya keluhan kedua yang paling umum setelah masalah pernapasan. Nyeri pada bagian bawah punggung sensasi tidak nyaman yang terjadi di daerah tulang belakang bagian bawah (Isnaini, et al 2023)

Menurut WHO, 2020 lebih dari 1,71 miliar individu di seluruh dunia mengalami gangguan muskuloskeletal, dengan nyeri punggung bawah menjadi penyebab utama kecacatan di 160 negara. Sebanyak 134 dari 204 negara yang diteliti memerlukan layanan rehabilitasi untuk kondisi tersebut. Nyeri punggung bawah sendiri merupakan beban penyakit tertinggi secara global, memengaruhi sekitar 568 juta orang dan menyebabkan 64 juta YLD (*Years Lived with Disability*) (Rahmawaty and Kurniawidjaja 2022)

Menurut data global, tingkat prevalensi nyeri punggung bawah di negara-negara industri maju berkisar antara 60% hingga 70%, dan cenderung terjadi pada orang dewasa dengan insiden mencapai hingga 5% setiap tahunnya. Selain itu, kasus nyeri punggung bawah yang terjadi secara global menyebabkan hilangnya waktu kerja hingga 264 juta hari kerja setiap tahunnya. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Indonesia tahun 2020 (Aulia, et al 2023).

Di Amerika, sekitar 26% dari populasi dewasa melaporkan telah mengalami nyeri punggung bawah setidaknya sekali dalam periode tiga bulan. Di Jepang, angka prevalensi nyeri punggung bawah kronis yang spesifik mencapai 9,3% dan nyeri punggung bawah kronis nonspesifik sebesar 15,4%. Sementara di Thailand, prevalensi nyeri punggung bawah mencapai 30%, hampir sejajar dengan angka global. Di Indonesia, prevalensi nyeri punggung bawah di antara kelompok usia produktif hampir mencapai 40%. Sebuah studi yang dilakukan terhadap 9.482 pekerja di 12 kabupaten/kota di Indonesia menemukan prevalensi penyakit Nyeri Punggung Bawah sebesar 16%. Meskipun angka prevalensi kejadian nyeri punggung bawah di Indonesia belum dapat dipastikan, perkiraan menyebutkan angka tersebut berkisar antara 3,7% hingga 37% (Rahmawati et al 2022)

Bedasarkan data yang ada di Indonesia Angka prevalensi gangguan nyeri pada bagian bawah punggung, mencapai 18%. Laporan PERDOSSI (Perhimpunan Dokter saraf Indonesia) mencatat bahwa pada tahun 2021, sekitar 4.456 orang mengalami nyeri, dengan 1.598 orang mengalami nyeri khususnya pada bagian punggung bawah. tahun ke tahun penderita nyeri punggung bawah makin banyak, maka menggunakan terapi kompres es ini akan mengurangi penurunan nyeri punggung bawah terhadap pekerja kerawang

Nyeri punggung bagian bawah bisa muncul akibat kurang berhati-hati dan posisi tubuh yang tidak ergonomis saat melakukan aktivitas pekerjaan. Contohnya, pada pekerjaan kerawang atau karawo yang biasanya melakukan pekerjaan sambil duduk lama, dapat menyebabkan nyeri punggung bagian bawah sehinga terjadinya rasa sakit.

Nyeri pada bagian bawah punggung dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi karakteristik individu seperti usia, jenis kelamin, dimensi tubuh, tingkat kebugaran fisik, dan status gizi. Sementara faktor eksternal melibatkan kondisi di luar individu seperti durasi dan jenis pekerjaan, pengalaman kerja, postur kerja, aktivitas berulang, dan desain kursi tempat bekerja (Astutik 2015)

Kondisi ini bisa muncul secara mendadak atau berkembang secara perlahan, seringkali mulai terasa secara sporadis tetapi seiring waktu bisa menjadi lebih serius. Bahaya nyeri punggung bawah adalah kemungkinan timbulnya masalah kesehatan yang berhubungan dengan nyeri punggung yang tidak diatasi dengan baik. Jika Anda mengalami mati rasa, kesemutan, atau kelemahan pada lengan,

kaki, atau pangkal paha, ini bisa menjadi gejala kerusakan pada sumsum tulang belakang. Umumnya, nyeri punggung bawah hanya berlangsung selama beberapa hari, meskipun bisa berlanjut hingga beberapa minggu dalam kasus yang lebih parah (Back et al. 2023)

Rasa nyeri terjadi karena rangsangan pada serabut saraf, yang dapat diperparah oleh peregangan serabut saraf, seperti yang terjadi saat bergerak. Selanjutnya, penekanan pada serabut saraf juga dapat memperburuk kondisi ini. Pada tahap ini, terjadi perubahan biokimia di mana terjadi penumpukan ion Na dan ion lainnya. Akumulasi ini menghasilkan titik-titik panas yang sangat sensitif terhadap rangsangan mekanis dan panas (Back et al. 2023)

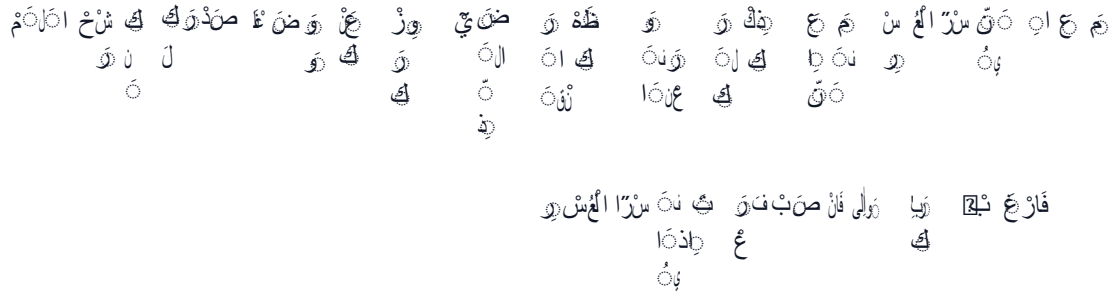
Ada beberapa terapi untuk penyembuhan nyeri punggung. Terapi kompres air hangat, terapi pijat,dan terapi yoga. Peneliti akan memberikan terapi kompres es diyakini dapat menurunkan intensitas nyeri punggung bawah yang bertindak untuk menghambat transmisi sinyal nyeri. Selain itu kompres es juga dapat merangsang serabut saraf nyeri punggung, yang mengakibatkan penurunan transmisi sinyal nyeri. Selain mengurangi sensasi nyeri, kompres es juga memiliki efek fisiologis seperti mengurangi respon peradangan, mengurangi aliran darah, dan mengurangi pembengkakan (edema).

Provinsi Gorontalo, sebagai provinsi ke-32 di Indonesia, terkenal dengan kerajinan sulaman Karawo. Seni budaya ini tidak hanya menjadi hiasan dalam atraksi pariwisata, tetapi juga memiliki peran ganda sebagai cinderamata khas daerah dan daya tarik wisata. Sulaman Karawo adalah ekspresi budaya tradisional yang diwariskan secara turun temurun, dianggap memiliki nilai seni yang tinggi, dan menjadi bagian penting dalam memperkenalkan keindahan dan keunikan Gorontalo. Keberadaan sulaman Karawo di sektor pariwisata tidak hanya menjaga kelestarian budaya daerah, tetapi juga berkontribusi pada peningkatan ekonomi dan kesejahteraan masyarakat, terutama bagi pengrajin dan pelaku usaha lokal. Selain itu, keberadaan sulaman Karawo juga akan memperkuat identitas daerah serta menambahkan keberagaman budaya Indonesia.(Lagalo 2018) para pengrajin kerawang yang ada di gorontalo, terutama di desa mongolato kecamatan telaga banyak mengeluh tentang nyeri punggung bawah. dikarenakan pengrajin berkerja terlalu lama duduk, untuk menggerjakan sulam kerawang dan posisi duduk pengrajin tidak teratur dan lama waktu yang digunakan. Pengrajin sulam

kerawang tidak dijedah di karenakan pengrajin Mengejar target pemesanan kerawang yang sering bertambah banyak.

Bedasarkan wawancara data awal peneliti di desa mongolato pada 5 orang pengrajin kerawang,2 orang di antaranya mengatakan bahwa adanya permintaan pesanan yang semakin banyak. Membuat pengrajin kelelahan sehingga merasakan nyeri punggung bawah. Kemudian 1 orang mengatakan durasi lama bekerja membuat punggung terasa nyeri. Sementara itu, 2 orang lainnya mengatakan ketika punggung terasa nyeri yang mereka lakukan adalah henya meminum obat dan reaksi yang di rasakan tidak sepenuhnya menghilang.

Dalam al-Quran di cantumkan ayat dengan masalah diatas yaitu (Surah al-insyirah ayat 1-8)



Artinya: Bukankah Kami telah melapangkan dadamu (Nabi Muhammad) meringankan beban (tugas-tugas kenabian) darimu yang memberatkan punggungmu yang memberatkan punggungmu Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Apabila engkau telah selesai (dengan suatu kebajikan) teruslah bekerja keras (untuk kebajikan yang lain) dan hanya kepada Tuhanmu berharaplah Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian apakah terdapat pengaruh terapi kompres es terhadap perubahan intensitas nyeri pada penderita nyeri punggung bawah pada pekerja kerawang didesa mongolato
kecamatan telaga

1.1 Identifikasi masalah

Bedasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi masalahnya adalah sebagai berikut:

1. Kurangnya pengetahuan pengrajin kerawang tentang terapi kompres es terhadap penurunan intensitas nyeri pinggang bawah pada pekerja kerwang
2. Bedasarkan survey dan wawancara penggambilan data awal yang di lakukan penelitii di desa mongolato kecamatan telaga kabupaten gorontalo, para pengkrajin kerawang banyak mengalami nyeri punggung bagian bawah pada saat melakukan pekerjaan sulam kerawang.

1.3 Rumusan Masalah

Adakah pengaruh terapi kompres es terhadap penurunan intensitas nyeri punggung bawah pada pekerja kerawang di desa mongolato kecamatan telaga?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh terapi kompres es terhadap penurunan intensitas nyeri punggung bawah pada pekerja kerawang di desa mongolato kecamatan telaga

1.4.2 Tujuan Khusus

1. untuk megetahui Intensitas nyeri punggung bawah sebelum diberikan terapi kompres es pada pekerja kerawang di desa mongolato kecamatan telaga
2. untuk mengetahui Intensitas nyeri punggung bawah sesudah di berikan terapi kompres es pada pekerja kerawang di desa mongolato kecamatan telaga
3. untuk menganalisis pengaruh terapi kompres es terhadap penurunan intensitas nyeri punggung bawah pada pekerja kerawang di desa mongolato kecamatan telaga

1.5 Manfaat penelitian

1.5.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan mengembangkan ilmu pengetahuan masyarakat pengrajin kerawang dalam mengatasi nyeri punggung dengan terapi kompres es

1.5.2 Manfaat praktis

1. Bagi instansi pendidikan

   Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan referensi dalam meningkatkan kualitas pendidikan keperawatan dan proses belajar mengajar mahasiswa keperawatan terutama dalam bidang ilmu keperawatan komunitas
2. Bagi Masyarakat

   Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi bagi masyarakat dan menambah wawasan terkait terapi kompres es terhadap penurunan intensitas nyeri punggung bawah.

3. Bagi peneliti selanjutnya

   Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi penelitian selanjutnya untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut di bidang dan kajian yang sama