EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA

SKRIPSI

TIARA MALANUA

NIM.C01421150

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

JURUSAN KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHMMADIYAH GORONTALO

2025

PENGESAHAN PEMBIMBING

Judul Penelitian	:	Evaluasi Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Kerawang Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga
Nama	:	Tiara malanua
NIM	:	C014121150
Program Studi	:	Ilmu Keperawatan

Disetujui Pembimbing

Pembimbing 1	Pembimbing 2
Ns. Rona Febriyona, M.Kep	**Ns. Harismayanti, M.Kep**
NIDN : 0907108602	**NBM : 1150469**

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan	Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
Dr. Zuriati Muhamad, SKM,.M.Kes	**Ns. Pipin Yunus, M.Kep**
NBM:1150475	**NBM: 1150476**

PENGESAHAN KOMISI PENGUJI

Judul Penelitian	: Evaluasi Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Kerawang Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga
Nama	: Tiara Malanua
Nim	: C01421150
Program Studi	: Ilmu Keperawatan

KOMISI PENGUJI

1. Ns. Rona Febriyona, M.Kep : ( )
2. Ns. Harismayanti, M.Kep : ( )
3. Ns. Andi Nur Aina Sudirman, M.Kes., M.Kep : ( )

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan	Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
Dr. Zuriati Muhamad, SKM., M.Kes	Ns. Pipin Yunus, S.Kep.,M.Kep
NBM : 1150475	NBM : 1150476

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH

Saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul evaluasi terapi kompres es dalam penurunan intensitas nyeri punggung bawah pada pekerja kerawang di desa mongolato kecamatan telaga adalah karya saya, dibawah arahan dari komisi pembibing. Skripsi ini belum pernah diajukan dalam bentuk apapun kepada perguruan tinggi manapun dan bebas dari unsur plagiat. Sumber dalam teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka dengan jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan buku pedoman penulisan skripsi Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Apabila dikemudian hari ditemukan unsur-unsur plagiat maka saya bersedia menerima sanksi hukum akademik sesuai ketentuan yang berlaku.

Gorontalo, 03 Januari 2025



Tiara Malanua

Nim : C01421150

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

"Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabilakamu telah selesai (dari satu urusan) maka kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan) yang lain, dan hanya kepada Allah SWT hendaknya kamu berharap"
(Q.S Al-Insyirah:6-8)

"Pada akhirnya, ini semua hanyalah permulaan"

Allahamdulillahi roobbil 'alamin
Sujud syukur kuucapkan pada penciptaku yang maha segalanya Allah SWT, yang telah mempermudah dan memberikan petunjuk padaku dalam menyelesaikan studi akhir ini. Allah yang selalu mencintai dan menyayangi hambanya, yang selalu memberikan kekuatan dan kesabarandalam menghadapi kesulitan.

Kupersembahkan karya sederhana ini untuk yang teristimewa Kedua orang tua dan kakakku. Terimakasih telah memberikan doa, dorongan, nasehat, kasih sayang dan pelajaran hidup. Tak lupa juga saya berterima kasih kepada keluarga yang selalu membantu dan memberikan semangat selama ini.

Terima kasih untuk dosen pembimbing saya Ibu Ns. Rona Febriyona, M.Kes., M.Kep. dan Ns. Harismayanti, M.Kep. yang telah membantu dan memberikan bimbingan, saran serta masukan dalam menyelesaikan skripsi ini, terima kasih untuk ilmu dan nasehatnya. Terima kasih juga kepada penguji saya Ibu Ns. Andi Nur Aina Sudirman. M.Kes., M.Kep. atas masukan, saran, dan koreksi terhadap tugas akhir saya.

Terima kasih untuk orang terdekat, serta teman seperjuagan yang sama-sama berjuang yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu. Insya Allah kita bisa menjadi orang-orang yang berguna dan bermanfaat untuk bangsa dan negara.
Aamiin
Barakallahu fiikum.

Almamater Tercinta

Universitas Muhammadiyah Gorontalo

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala nikmat dan karunia yang di berikan pada penulis, karena dengan kuasa dan izin-Nyalah sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul "Evaluasi Pemberian Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Kerawang Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga". Sholawat serta salam penulis hadiahkan kepada Rasullah SAW, semoga kita semua mendapatkan syafaatnya di akhirat nanti.

Adapun tujuan penyusunan skripsi ini, selain sebagai salah satu persyaratan untuk menempuh ujian sarjana pendidikan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo, juga di harapkan dapat bermanfaat bagi kita semua dalam meningkatkan kepedulian terhadap masalah pendidikan khususnya di bidang keperawatan. Pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Allah SWT yang tidak pernah henti melimpahkan rahmatnya kepada
2. Orang tua tercinta Ayah dan Ibu terima kasih atas do'a dan dukungannnya yang telah di berikan selama ini dengan penuh kasih sayang dan kesabaran
3. Rektor Universitas Muhammadiyah Gorontalo (UMGo) Bapak Prof.Dr.Abd. Kadim Masaong, M.Pd.
4. Wakil Rektor satu Universitas Muhammadiyah Gorontalo (UMGo) Bapak Dr. Muh. Firyal Akbar
5. Wakil Rektor dua Universitas Muhammadiyah Gorontalo (UMGo) Bapak Dr. H. Salahudin Pakaya, S.Ag., MH.
6. Wakil Rektor tiga Universitas Muhammadiyah Gorontalo (UMGo) Bapak Dr.Thamrin Kum,M.Pd.
7. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo (UMGo) Ibu Dr. Zurriati Muhammad, SKM,.M.Kes
8. Wakil Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo (UMGo) Ns. Dewi Modjo, S.Kep., M.Kep
9. Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo Ns. Pipin Yunus, S.Kep., M.Kep.

10. Ns. Rona Febriyona, M.Kes., M.Kep. Selaku Pembimbing 1 Yang telah banyak membantu dan memberikan bimbiingan, serta masukan dalam menyelesaikan proposal ini.
11. Ns. Harismayanti, M.Kep. Selaku Pembimbing 2 Yang telah banyak membantu dan memberikan bimbiingan, serta masukan dalam menyelesaikan proposal ini.
12. Seluruh staf Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo yang telah banyak membantu dalam penyelesaiaan studi.
13. Teman seperjuangan S1 Keperawatan Angkatan 2021 dengan penuh keikhlasan membantu penulis dan selalu menemani dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis ini menyadari masih banyak kekurangan yang di sebabkan keterbatasan pengetahuan, wawasan dan kemampuan penulis. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak dan dapat di jadikan bahan bacaan guna untuk menambah wawasan bagi pembaca

Gorontalo, 03 Januari , 2025

Penulis

ABSTRACT

***TIARA MALANUA**. Evaluation of Ice Compress Therapy in Reducing the Intensity of Lower Back Pain in Kerawang Workers in Mongolato Village, Telaga District. Supervised by **RONA FEBRIYONA** as the first supervisor and **HARISMAYANTI** as the second supervisor.*

Mongoliato Village, Telaga District, Gorontalo, is one of the villages with a Kerawang craft production house. The craftsmen often spend hours working, which causes lower back pain. Previous studies have intervened ice compress therapy to reduce pain intensity, but further evaluation is needed, especially with a summative evaluation approach. This study aims to evaluate the provision of ice compress therapy in reducing lower back pain in kerawang craftsmen in Mongolato Village. The method used is a qualitative approach with a phenomenological study, using the snowball sampling technique for sampling. The results of the study showed that ice compress therapy was effective in reducing lower back pain, although some craftsmen experienced side effects in the form of redness in the compressed area. Therefore, it is important for craftsmen to pay attention to the duration and frequency of therapy and use protective layers such as thin cloth to reduce the risk of irritation.

***Keywords:** Evaluation, Low Back Pain, Kerawang workers*

ABSTRAK

TIARA MALANUA. Evaluasi Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Kerawang Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga. Dibimbing oleh RONA FEBRIYONA, sebagai ketua dan HARISMAYANTI sebagai anggota

Desa Mongolato, Kecamatan Telaga, Gorontalo, merupakan salah satu desa dengan rumah produksi kerajinan kerawang. Para pengrajin sering menghabiskan waktu berjam-jam bekerja, yang menyebabkan nyeri pada punggung bawah. Penelitian sebelumnya telah mengintervensi terapi kompres es untuk menurunkan intensitas nyeri, namun evaluasi lebih lanjut diperlukan, khususnya dengan pendekatan evaluasi sumatif. Penelitian ini bertujuan mengevaluasi pemberian terapi kompres es dalam mengurangi nyeri punggung bawah pada pengrajin kerawang di Desa Mongolato. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan studi fenomenologi, menggunakan teknik *snowball sampling* untuk pengambilan sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi kompres es efektif dalam mengurangi nyeri punggung bawah, meskipun beberapa pengrajin mengalami efek samping berupa kemerahan pada area yang dikompres. Oleh karena itu, penting bagi pengrajin untuk memperhatikan durasi dan frekuensi terapi serta menggunakan lapisan pelindung seperti kain tipis guna mengurangi risiko iritasi.

Kata kunci : Evaluasi, Nyeri Punggung Bawah, Pekerja kerawang

Daftar Isi

KATA PENGANTAR ..... **VI**
DAFTAR ISI ..... **X**
DAFTAR TABEL ..... **XI**
DAFTAR GAMBAR ..... **XII**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **XIII**
BAB I PENDAHULUAN **14**
1.1 LATAR BELAKANG 14
1.2 RUMUSAN MASALAH 18
1.3 TUJUAN 18
1.4 MANFAAT 18
BAB II TINJAUAN PUSTAKA **19**
2.1 KONSEP PENGRAJIN KERAWANG 19
2.2 KONSEP NYERI 21
2.3 KONSEP TEORI NYERI PUNGGUNG BAWAH 22
2.4 KONSEP DASAR TERAPI KOMPRES ES 29
2.5 EVALUASI 29
2.6 PENELITIAN RELAVAN 32
2.7 KERANGKA TEORI 34
BAB III METODE PENELITIAN **36**
3.1 PENDEKATAN DAN JENIS PENELITIAN 36
3.2 SUBJEK PENELITIAN 36
3.3 TEMPAT DAN WAKTU PENELITIAN 36
3.4 SUMBER DATA 37
3.5 METODE PENGUMPULAN DATA 37
3.6 ANALISIS DATA 38
3.7 KEABSAHAN DATA 39
3.8 ETIKA PENELITIAN 40
3.9 TAHAPAN PENELITIAN 41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN **45**
4.1 GAMBARAN LOKASI PENELITIAN 45
4.2 HASIL PENELITIAN 45
4.3 PEMBAHASAN 56
BAB V PENUTUP **67**
5.1 KESIMPULAN 67
5.2 SARAN 67
DAFTAR PUSTAKA **69**

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Relevan 32

tabel 4. 1 Karakteristik Responden 46

Daftar Gambar

Gambar 2.1 Skala Nyeri 21

Gambar 2.2 spondylolisthesis stages..... 23

Gambar 2.3 Kerangka Teori..... 34

Gambar 3.1 Alur Penelitian 44

Gambar 4. 1 Diagram Fokus 1Hasil temuan peneliti..... 48

Gambar 4. 2 Diagram Fokus 2 Hasil temuan peneliti..... 51

Gambar 4. 3 Diagram Fokus 3 Hasil temuan peneliti..... 53

Gambar 4. 4 Diagram Fokus 4 Hasil temuan peneliti..... 56

Daftar Lampiran

lampiran. 1 72
lampiran. 2 73
lampiran. 3 74
lampiran. 4 95
lampiran. 5 96
lampiran. 6 97

BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sulaman Karawo merupakan ekspresi budaya tradisional yang diwariskan secara turun-temurun, dihargai karena nilai seni yang tinggi, dan berperan penting dalam memperkenalkan keindahan serta keunikan Gorontalo. Dalam sektor pariwisata, keberadaan sulaman Karawo membantu melestarikan budaya lokal sekaligus meningkatkan ekonomi dan kesejahteraan masyarakat, khususnya bagi pengrajin dan pelaku usaha lokal. Selain itu, sulaman Karawo juga memperkuat identitas daerah dan menambah keberagaman budaya Indonesia

Proses pembuatan kerawang ini membutuhkan waktu yang lama, dengan motif sulaman yang beragam sehingga para pekerja harus mengerjakannya dengan sangat teliti. Pengrajin biasanya mengerjakan sulaman dengan posisi duduk. Dikarenakan banyaknya pesanan, pengrajin dapat menghabiskan waktu berjam-jam duduk dalam mengerjakan sulaman kerawang. Hal ini dapat mempengaruhi masalah Kesehatan yang menyebabkan nyeri pada punggung bagian bawah.

Nyeri Punggung Bawah (NPB) merupakan masalah kesehatan yang sering dihadapi para pekerja perkantoran atau kebanyakan duduk, membuat seseorang merasa terganggu dan tidak nyaman sehingga bisa mengganggu produktivitas kerja (Rahmawaty & Kurniawidjaja, 2022a)

Menurut WHO pada tahun 2020, lebih dari 1,71 miliar orang di seluruh dunia mengalami gangguan muskuloskeletal, dengan nyeri punggung bawah sebagai penyebab utama kecacatan di 160 negara. Dari 204 negara yang diteliti, sebanyak 134 negara memerlukan layanan rehabilitasi untuk menangani kondisi ini. Nyeri punggung bawah merupakan beban penyakit terbesar secara global, memengaruhi sekitar 568 juta orang dan menyebabkan 64 juta tahun hidup dengan kecacatan (YLD) (Rahmawaty & Kurniawidjaja, 2022b)

Pada tahun 2020, sebanyak 619 juta orang di seluruh dunia mengalami nyeri punggung bawah (dengan interval ketidakpastian antara 554 hingga 694 juta). Diperkirakan jumlah ini akan meningkat menjadi 843 juta kasus pada tahun 2050 (dengan perkiraan antara 759 hingga 933 juta). Hal ini menjadikan nyeri punggung bawah tetap menjadi penyebab utama YLD (Years Lived with Disability) di seluruh

dunia. Dengan demikian, pada tahun 2020, terdapat lebih dari setengah miliar kasus nyeri punggung bawah yang umum terjadi secara global, dan diperkirakan jumlahnya akan meningkat menjadi lebih dari 800 juta orang pada tahun 2050. (Ferreira et al., 2023)

Berdasarkan data di Indonesia, prevalensi gangguan nyeri punggung bawah mencapai 18%. Menurut laporan dari PERDOSSI (Perhimpunan Dokter Saraf Indonesia), pada tahun 2021 terdapat sekitar 4.456 kasus nyeri, dengan 1.598 di antaranya mengalami nyeri khusus di bagian punggung bawah. Jumlah penderita nyeri punggung bawah terus meningkat dari tahun ke tahun, sehingga penerapan terapi kompres es diharapkan dapat membantu mengurangi nyeri punggung bawah pada pekerja di Kerawang.

Provinsi Gorontalo, yang merupakan provinsi ke-32 di Indonesia, dikenal dengan kerajinan sulaman Karawo. Seni budaya ini tidak hanya berfungsi sebagai hiasan dalam atraksi pariwisata, tetapi juga sebagai cinderamata khas daerah dan daya tarik wisata. Para pengrajin sulaman Karawo di Gorontalo, terutama di desa Mongolato, Kecamatan Telaga, sering mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Hal ini disebabkan oleh waktu kerja yang lama dalam posisi duduk yang tidak teratur saat mengerjakan sulam Karawo. Para pengrajin seringkali bekerja tanpa jeda karena harus mengejar target pemesanan yang terus meningkat.

Secara garis besar ada dua manajemen untuk mengatasi nyeri yaitu manajemen farmakologi dan manajemen nonfarmakologi. Manajemen farmakologi merupakan manajemen kolaborasi antara dokter dengan perawat yang menekankan pada pemberian obat yang mampu menghilangkan sensasi nyeri, sedangkan manajemen nonfarmakologi merupakan manajemen untuk menghilangkan nyeri dengan menggunakan teknik manajemen nyeri meliputi, stimulus dan massage kutaneus, terapi es dan panas (pemberian kompres dingin atau panas), stimulus saraf elektris transkutan, distraksi, imajinasi terbimbing, hipnotis, dan teknik relasasi.

Tehnik non farmakologis terapi Kompres dingin dapat dilakukan di punggung bawah, dan perut bawah dengan menggunakan kantong es (hot/cold pack). Kompres dilakukan sekitar 10-15 menit dengan suhu antara 13-16 °C. Kompres dingin akan membuat baal daerah yang dikompres dengan memperlambat transmisi dari impulsimpuls lainnya melalui neuron-neuron sensorik. Kompres

dingin juga dapat mengurangi pembengkakan dan menyejukkan bagi kulit (Panjaitan et al., 2020).

Penelitian sebelumnya telah membuktikan bahwa terapi kompres es dapat menurunkan intensitas nyeri punggung bawah. Salah satu penelitian yang dilakukan oleh (Wahyuni Lestari, 2021.) menunjukkan adanya pengaruh signifikan dari pemberian terapi kompres es terhadap pengurangan nyeri punggung bawah.

Berdasarkan temuan ini, evaluasi menjadi penting untuk memastikan efektivitas penerapan terapi kompres. Evaluasi ini dapat dilakukan melalui dua pendekatan, yaitu evaluasi formatif dan evaluasi sumatif. Evaluasi formatif dilakukan selama proses intervensi untuk menjaga perkembangan secara berkelanjutan, sedangkan evaluasi sumatif dilakukan setelah intervensi untuk menilai efektivitasnya secara keseluruhan (Giandari Maulani et al., 2023). Dengan menggunakan pendekatan evaluasi sumatif, kita dapat menilai seberapa efektif terapi kompres es dalam menurunkan intensitas nyeri punggung bawah secara menyeluruh

Keberhasilan terapi kompres es dalam menurunkan intensitas nyeri punggung bawah dapat dinilai melalui evaluasi sumatif yang mencakup tiga aspek utama. Pertama, aspek kognit**if** yang mengukur pengetahuan pengrajin Kerawang tentang manfaat dan penggunaan terapi kompres es dalam mengurangi nyeri punggung bawah. Kedua, aspek afektif , yang memancarkan sikap, penerimaan, dan pandangan pengrajin terhadap terapi ini, apakah mereka merasa terapi tersebut efektif dan bermanfaat. Ketiga, aspek psikomotorik , yang berkaitan dengan kemampuan praktis pengrajin dalam melakukan terapi kompres es setelah diberikan instruksi atau pelatihan. Evaluasi ini memberikan gambaran menyeluruh tentang pemahaman, penerimaan, dan keterampilan dalam menerapkan terapi kompres es. (Sholihan et al., 2024)

Aspek-aspek ini dapat diukur dengan dua metode tes dan non-tes . Metode tes dilakukan dengan memberikan deretan pertanyaan dalam bentuk kuesioner untuk menyebarkan pengetahuan dan pengalaman partisipan terkait terapi kompres es. Sementara itu, metode non-tes meliputi wawancara dan observasi langsung terhadap partisipan, yang dinilai lebih efektif karena dapat menangkap jawaban yang lebih mendalam dan autentik. Metode tes memiliki kelemahan karena dapat menghasilkan jawaban yang tidak sepenuhnya mencerminkan kepribadian atau pengalaman peserta nyata, dan rawan manipulasi. Oleh karena

itu, metode non-tes, dengan wawancara terbuka, lebih disarankan untuk mendapatkan respon yang lebih jujur dan mendalam. (Lulu Yuliani, 2022)

Dalam Al-Qur'an Surah al-insyirah ayat 1-8 yang berbunyi:



Artinya: Bukankah Kami telah melapangkan dadamu (Nabi Muhammad) meringankan beban (tugas-tugas kenabian) darimu yang meberatakan 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.

Dalam ayat diatas menggambarkan prinsip-prinsip yang diajarkan dapat diaplikasikan dalam konteks penelitian dan program penurunan intensitas nyeri punggung bawah pada pekerja, yaitu melalui kesabaran, ketekunan, usaha yang berkelanjutan, dan harapan akan hasil yang positif.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan para pekerja kerawang di desa mongolato kecamatan telaga mereka mengatakan bahwa saat bekerja menyulam kerawang dengan waktu yang lama sekitar 5-9 jam dan dengan posisi duduk, mereka sering mengalami sakit pada bagian punggung bawah dan 16 pengrajin mengatakan sudah pernah diajarkan tehnik untuk mengurangi nyeri punggung bawah dengan cara pemberian terapi kompres es pada area yang sakit. Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik meneliti tentang Evaluasi Pemberian Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Pengrajin Kerawang Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga

1.2 Identifikasi Masalah

Adapun identifikasi masalah dalam penilitian ini yaitu:

1) Pengrajin kerawang mengatakan bahwa saat bekerja menyulam kerawang dengan waktu yang lama dan dengan posisi duduk, mereka sering mengalami sakit pada bagian punggung bawah.
2) Pengrajin kerawang mengatakan sudah pernah dilakukan pemberian terapi kompres es untuk menurunkan intensitas nyeri Punggung Bawah.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah Evaluasi Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Pengrajin Kerawang Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga

1.3 Tujuan

Untuk Mengevaluasi Pemberian Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Pada Pengrajin Kerawang Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

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

1.4.2 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

BAB II
TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Pengrajin Kerawang

2.1.1 Pengertian

Perajin atau sering disebut juga sebagai pengrajin, adalah individu yang terampil dalam pembuatan barang-barang secara manual. Mereka menciptakan berbagai barang, baik yang memiliki fungsi praktis maupun estetika. Pengrajin mengasah keterampilan tertentu dan dengan waktu serta bakat yang dimilikinya, mereka dapat mencapai tingkat ekspresi yang mirip dengan seorang seniman (Putridiani & Suryono, 2019)

Kerawang adalah jenis sulaman tradisional yang telah diturunkan secara turun-temurun sejak abad ke-17, sekitar tahun 1713. Istilah "kerawang" berasal dari kata "makarawo", yang mengandung arti mengiris atau membuat lubang-lubang. Sulaman kerawang merupakan seni menghias kain denganmotif-motif sulaman yang transparan. Proses pembuatannya dikenal dengan istilah makarawo. Dalam kerajian kerawang dapat di lakukan untuk mengtahui faktor yang dapat berhubungan dengan keluhan pada pengrajin kerawang (Hiola, et al 2016)

Istilah "sulaman Kerawang" berasal dari kata "karawo", yang terdiri dari "ka" yang berarti kakatiya (saling mengait), "ra" yang berarti tanteya (berantai), dan "wo" yang berarti wowoalo, yang mengindikasikan saling berkaitan di pinggiran lubang kain. Tradisi sulaman Karawo merupakan bagian dari kearifan lokal yang telah diwariskan secara turun-temurun dari generasi ke generasi melalui transmisi pengetahuan secara alami. Sangat disayangkan jika tradisi yang telah ada selamaini tidak diperbaharui, dimodifikasi, dan dikembangkan untuk menjaga keberadaannya sebagai sumber kesejahteraan bagi para pengrajin Sulam Karawo. Awalnya, tradisi ini muncul sejak abad ke-17 di daerah Ayula, kemudian berkembang di bawah pengaruh Kerajaan Bulango, dan saat ini berada di Provinsi Gorontalo (Wira Pratama Rumambie, 2018). Wanita yang akan dewasa biasanya diajarkan sulamanKarawo, dan tradisi ini kemudian diteruskan oleh mereka yang sudah pensiun sebelum menikah (Laisa & Rosidi, 2023)

2.1.2 Faktor Penghambat Kerajinan

Beberapa masalah dalam memproduksi kerajinan mencakup keterbatasan sumber daya manusia, kesulitan akses informasi pasar, dan rendahnya kesadaran akan kualitas produk. Ini berdampak pada pendapatan pengrajin dan penyerapan tenaga kerja. Masyarakat dapat membantu mengatasi masalah ini dengan meningkatkan kesadaran akan pentingnya kualitas dan memperluas akses informasi pasar (Surya et al., 2021)

2.1.3 Proses Pembuatan Kerawang

Proses produksi kerajinan kerawang terbagi menjadi empat tahapan. Pertama, membuat desain motif. Kedua, melakukan pengirisan atau mengurangi benang sesuai dengan pola yang telah dibuat. Ketiga, menyulam di atas kain yang telah diurai benangnya dengan dua jenis sulaman. Terakhir, sulaman kerawang yang sudah jadi siap untuk dijahit.

1. Tahap I Desain Motif

   Untuk tahap desain motif pada kerajinan kerawang, semua mitra masih menggantungkan proses desain motif pada orang lain (jasa desain motif). Sumberdaya yang di miliki oleh kedua mitra terkait keahlian dalam membuat desain motif bukanya tidak di miliki namun sumber daya tersebut masih terbatas para keahlian membuat desain yang secara manual sehingga desain motif yang di hasilkan kualitasnya masih rendah. Selain waktu pengerjaanya memakan waktu yang cukup lama, kreasi desain motif yang di hasilkan juga terbatas terhadap pola tertentu saja sehingga desain motif sesuai keinginan yang di pesan oleh seorang konsumen susah untuk di layani. Dari hal tersebut memberikan biaya produksi yang di keluarkan oleh pengrajin menjadi besar yang akan berakibat pada harga jual hasil kerajinan kerawang semakin tinggi.

2. Tahap II Mengiris

   Tahap yang kedua adalah mengiris kain yang akan di jadikan media untuk membuat sulaman kerawang sesuai dengan desain motif yang di buat dalam kertas grafik. Keterbatasan sumber daya pengiris yang di miliki oleh masing-masing mitra membuat proses pada pengerjaan sulaman kerawang ini menjadi lama berakibat pada jumlah produksi hasil kerajinan kerawang pada setiap bulannya sedikit dan tidak mampu melayani semua permintaan dari semua konsumen.

3. Tahap III Menyulam

   Tahap yang ketiga adalah menyulam pada kain yang telah di iris sesuai dengan desain motif dan warna yang diinginkan. Sumber daya yang di miliki dalam hal menyulam ini tidak memiliki kendala karena semua anggota yang menyulam memiliki keahlian dan keterampilan dalam menyulam.

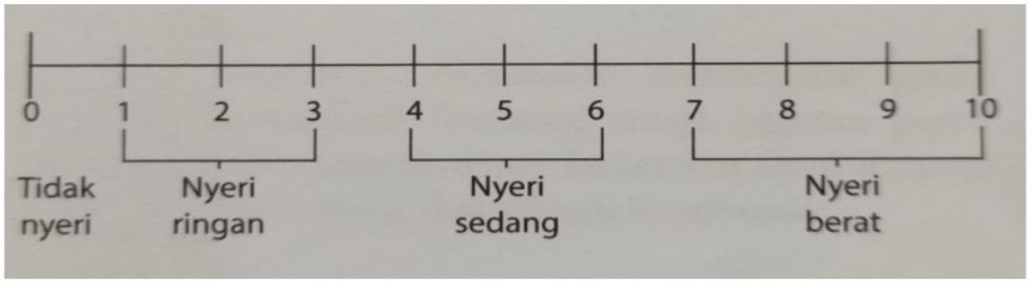
4. Tahap IV Menjahit

   Tahapan keempat dalam proses produksi ini adalah mejahit pada kain sulaman kerawang yang sudah di sulam dengan desain motif yang sudah di pilih menjadi pakaian yang siap di gunakan atau dalam bentuk lainnya seperti kerudung, kemejadan lainya. Sumber daya manusia yang di miliki oleh setiap mitra dalam hal keahlian menjahit tergolong dalam memenuhi setiap permintaan. Namun ada kendalanya dalam segi peralatan menjahit ini masi di rasa kurang karena peralatan atau mesin jahit yang di gunakan masi kurang, sehingga proses tersebut menggunakan jasa sewa dari tempal yang lain

2.2 Konsep Nyeri

Nyeri sangat tidak menyenangkan dan merupakan sensasi yang sangat personal yang tidak dapat dibagi dengan orang lain. Nyeri dapat memenuhi pikiran seseorang, mengarahkan semua aktivitas, dan mengubah kehidupan seseorang. Namun nyeri adalah konsep yang sulit untuk dikomunikasikan oleh seorang klien. Seorang perawat tidak dapat merasa ataupun melihat nyeri yang dialami klien. Rasa nyeri merupakan fenomena kompleks yang melibatkan pengaruh dari berbagai aspek seperti fisiologis, sosial, spiritual, psikologis, dan budaya. Karena itu, pengalaman nyeri setiap individu bisa sangat berbeda. Mengingat semua faktor ini memengaruhi klien yang mengalami nyeri (Harahap et al., 2019)

2.2.1 Skala Nyeri



gambar 2.1 Skala Nyeri

2.3 Konsep Teori Nyeri Punggung Bawah

2.3.1 Devinisi Nyeri Punggung Bawah

Nyeri pada bagian bawah punggung adalah ketidaknyamanan yang terjadi pada otot di bagian bawah punggung, yang memiliki dampak pada sistem kesehatan dan proses rehabilitasi. Masalah yang muncul pada pekerjaan dapat memperburuk pelayanan, kesejahteraan, dan fokus kerja (Ardiansyah et al., 2023)Cedera pada punggung bagian bawah terbagi menjadi tiga kategori: akut, subakut, dan kronis. Nyeri punggung bawah kronis terjadi ketika seseorang mengalami ketidaknyamanan selama lebih dari 12 minggu (Rodrigo et al., 2023)

Nyeri punggung bawah adalah gangguan tulang dan otot yang umum terjadi dan merupakan penyebab kedua orang mencari bantuan medis dari dokter atau fisioterapis. Pekerjaan yang memerlukan posisi duduk yang berkepanjangan dan posisi yang tidak tepat dapat menyebabkan otot-otot di punggung menjadi tegang, yang pada gilirannya dapat merusak jaringan lunak di sekitarnya. Jika kondisi ini terus berlanjut, dapat menyebabkan tekanan pada bantalan saraf tulang belakang yang mengakibatkan hernia nukleus pulposus. Hernia nukleus pulposus merupakan suatu kondisi nyeri yang terjadi di daerah punggung bagian bawah, sering kali disebabkan oleh berbagai faktor, dan seringkali ditemukan di lingkungan kerja, terutama pada pekerjaan dengan posisi tubuh yang tidak benar. Nyeri punggung bawah merupakan nyeri yang dirasakan di area punggung antara sudut bawah tulang rusuk dan lumbosakral (sekitar tulang ekor). (Jovial Noli et al., 2021)

Nyeri punggung bawah adalah nyeri yang terletak di tulang belakang atau columna vertebralis membentuk sekitar 40% dari tinggi tubuh manusia. Tulang belakang memiliki peran utama dalam menjaga tubuh dalam posisi duduk, tetapi juga merupakan organ yang paling rentan terhadap komplikasi yang disebabkan oleh duduk terlalu lama.

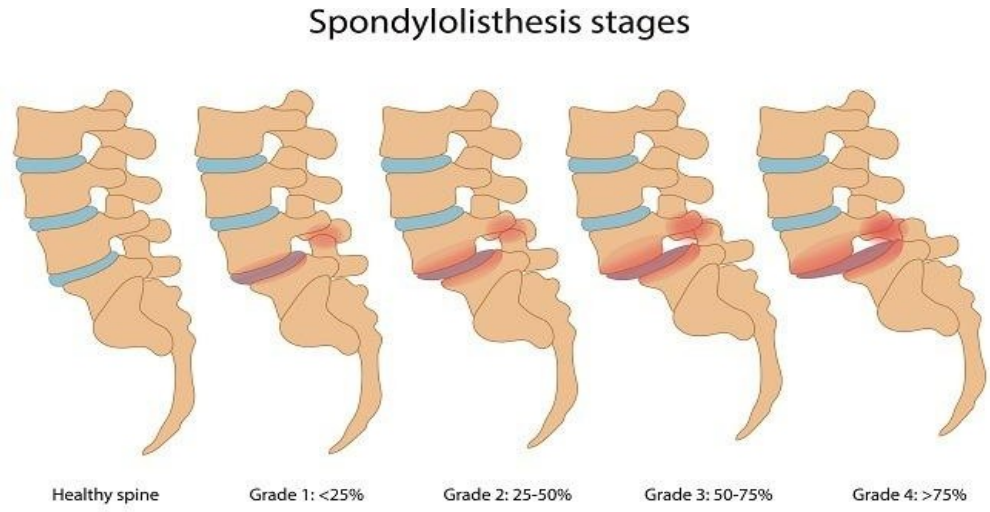
Sistem Muskuloskeletal adalah masalah yang umum dialami oleh setiap individu dan menjadi beban bagi sistem kesehatan secara keseluruhan. Vitriana menjelaskan bahwa nyeri paling umum yang disebabkan oleh posisi duduk yang tidak benar adalah nyeri pada bagian tulang belakang lumbar sacral. Menurutnya, duduk dalam posisi yang salah dalam waktu yang lama, terutama ketika menggunakan gadget, dapat menyebabkan gangguan pada sistem muskuloskeletal di bagian bawah tulang belakang. Saat ini, nyeri punggung bawah

menjadi kondisi yang dapat mengganggu efisiensi dalam melakukan pekerjaan dan sering kali memerlukan perawatan medis yang cukup intensif (I Gusti Bagus Teguh Pramana, 2020)

2.3.2 Klasifikasi Nyeri Punggung Bawah

Menurut (Dynah et al., 2019) Nyeri punggung bawah dapat disebabkan oleh berbagai macam kelainan. Berdasarkan etiologinya, nyeri punggung bawah dapat digolongkan menjadi spondilogenik, viscerogenik, vaskulogenik, neurogenik, dan psikogenik. Sekitar 84% kasus nyeri punggung bawah tidak ditemukan penyebab yang spesifik dan digolongkan ke dalam sebagai nyeri punggung bawah non spesifik nyeri punggung bawah di golongkan menjadi 5.

1. Spondylolisthesis adalah keadaan di mana tulang belakang mengalami pergeseran dari posisi yang normal, bisa terjadi di bagian atas, tengah, atau bawah tulang punggung. Biasanya, kondisi ini menyebabkan rasa sakit yang tak tertahankan karena tulang belakang bergeser keluar dari posisinya yang seharusnya, menekan saraf dan menyebabkan nyeri yang parah. Ini dapat disebabkan oleh spondilolisis yang tidak diobati dengan baik, yang menyebabkan lemahnya tulang belakang dan ketidakmampuan untuk mempertahankan posisi, akhirnya menyebabkan pergeseran



gambar 2.2 Spondylolisthesis stages

Ada beberapa jenis spondylolisthesis :

a) Spondylolisthesis kongenital, terjadi ketika tulang belakang bayi tidak terbentuk dengan sempurna selama dalam kandungan, menyebabkan

pergeserantulang belakang di kemudian hari

b) Spondylolisthesis istmik, terjadi ketika seseorang mengalami spondilolisis sebelumnya. Fraktur tulang belakang dapat melemahkan struktur dan menyebabkan pergeseran tulang belakang
c) Spondylolisthesis degeneratif, terjadi biasanya pada lanjut usia karena proses penuaan menyebabkan cakram yang melindungi tulang belakang kehilangan kelembaban, sehingga menyebabkan pergeseran tulang belakang dariposisinya yang semula

2. Viscerogenic, atau nyeri pinggang karena gangguan organ dalam umumnya terjadi karena faktor ginekologis dan sering terjadi pada perempuan. Gangguan pada organ rahim dan sekitarnya dapat menyebabkan spasme ototparavertebralis karena adanya rasa sakit yang dirujuk. Biasanya, nyeri tersebuttidak menjadi lebih parah dengan aktivitas maupun istirahat
3. Vaskulogenik, atau nyeri pinggang karena gangguan peredaran darah, umumnya terasa sebagai nyeri di bagian dalam punggung, sering kali menjalar kebokong, belakang paha, dan kedua tungkai. Nyeri ini tidak dipicu oleh stres khususpada tulang belakang (seperti membungkuk, batuk, dan sebagainya)
4. Neurogenik, yang disebabkan oleh gangguan saraf
   ditandai dengan nyeri yang sangat parah dan persisten, sedikit mereda saat berdiri diam, terutama terasa pada malam hari. Nyeri bisa meningkat dengan aktivitas, tetapi berkurang saat penderita berbaring. Biasanya terjadi karena kompresi akar saraf dan sering disertai dengan spasme otot paravertebralis
5. Psikogenik, atau nyeri pinggang karena stres psikologis, dicirikan oleh nyeri yang tidak proporsional terhadap kelainan struktural yang ada. Stres menyebabkan otot menjadi tegang, yang dapat meningkatkan spasme otot dan menyebabkan nyeri

2.3.3 Etiologi

Nyeri punggung bawah cenderung meningkat seiring bertambahnya usia, terutama pada masa pertengahan hingga awal dekade empat. Sebagian besar (85%) kasus nyeri punggung bawah disebabkan oleh faktor nonspesifik, seperti cedera pada jaringan lunak seperti otot, ligamen, spasme, atau kelelahan otot. (Aprilia et al., 2021.). Nyeri punggung bawah merupakan ketidaknyamanan pada otot yang sering terjadi ketika seseorang bekerja dengan posisi duduk yang tidak

tepat. (Rahmawati et al., 2022) Sedangkan menurut (Rodrigo et al., 2023) Nyeri pada bagian bawah punggung disebabkan oleh postur tubuh yang tidak ergonomis saat melakukan aktivitas merupakan rasa tidak nyaman yang muncul di wilayah anatomi sebagai akibat dari nyeri punggung bawah dengan berbagai tingkat durasi, yang dapat mengakibatkan gangguan dalam melakukan aktivitas pekerjaan karena adanya dampak kecacatan (Wahyuni et al., 2023)

2.3.4 Patofisiologi

Patofisiologi nyeri punggung bawah terjadi ketika tubuh merespons dengan melepaskan mediator inflamasi, sehingga jaringan otot atau tulang yang cedera memicu pelepasan sitokin pro-inflamasi yang menyebabkan sensasi nyeri. Salah satu bentuk perlindungan yang terjadi adalah spasme otot, yang dapat menghasilkan iskemia terutama pada area punggung. (Aprilia et al., 2021.)

2.3.5 Manifestasi Klinis

Sakit punggung dapat menyebabkan perubahan dalam postur tubuh dan mengurangi kekuatan otot yang dihasilkan. Kelelahan otot juga bisa mengurangi fleksibilitas tulang belakang, yang kemudian mempengaruhi kemampuan gerak lumbal saat membungkuk ke depan dan saat membengkok ke samping. (Pristianto et al., 2021) Rasa tidak nyaman di bagian bawah punggung, yang disebut nyeri punggung bawah, sering kali timbul akibat kesalahan postur saat bekerja atau karena posisi tubuh yang statis dan dipertahankan dalam waktu yang lama. Hal ini dapat mengakibatkan efisiensi kerja yang menurun. terjadi dalam sistem muskuloskeletal dan sering kali menjadi keluhan utama bagi populasi global. Di era modern ini, di mana mesin telah menggantikan banyak pekerjaan manusia, penting bagi individu untuk meningkatkan produktivitas kerja mereka. Oleh karena itu, diperlukan kondisi kerja yang aman, nyaman, dan seimbang untuk mendukung kesehatan dan produktivitas yang optimal (Pristianto et al., 2023)

Ketegangan otot atau postur tubuh yang kurang tepat, seperti posisi duduk yang buruk, membungkuk dalam jangka waktu yang lama, mengangkat beban dengan posisi yang tidak ergonomis, memiliki tulang belakang yang tidak normal, atau karena penyakit tertentu seperti penyakit yang terkait dengan penuaan, semuanya dapat menyebabkan nyeri punggung bawah. Semakin tidak ergonomis posisi kerja seseorang, semakin besar risiko mereka mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Jika nyeri punggung bawah tidak diatasi, dapat menyebabkan disabilitas pada individu (Pristianto et al., 2023)

Menurut (TASYA, 2022) LBP ditandai dengan gejala sebagai berikut :

1. Nyeri terjadi secara intermitten atau terputus-putus.
2. Sifat nyeri tajam karena dipengaruhi oleh sikap atau gerakan yang bisa meringankan ataupun memperberat keluhan.
3. Membaik setelah istirahat dalam waktu yang cukup dan memburuk setelah digunakan beraktivitas.
4. Tidak ditemukan tanda-tanda radang seperti panas, warna kemerahan ataupun pembengkakan.
5. Terkadang nyeri menjalar ke bagian pantat atau paha.
6. Dapat terjadi morning stiffness
7. Nyeri bertambah hebat bila bergerak ekstensi, fleksi, rotasi, berdiri, berjalan maupun duduk.

2.3.6 Faktor Resiko Nyeri Punggung Bawah

Terdapat sejumlah faktor resiko yang dapat memicu terjadinya nyeri punggung bawah. Ada 4 faktor menurut (Rahmawaty et al., 2022)

1. faktor individu

   a. Usia : 30 hingga 35 tahun dikaitkan dengan usaha untuk mengurangi kejadian nyeri punggung bawah (NPB) di kalangan pekerja. Sementara itu, dukungan dari rekan kerja tampaknya memainkan peran penting dalam menurunkan risiko NPB pada pekerja yang berusia di atas 60 tahun. Selain itu, terdapat hubungan risiko berdasarkan usia, di mana keluhan nyeri punggung bawah lebih cenderung terjadi pada individu yang berusia 19 tahun ke bawah atau 31 tahun ke atas.

   b. Jenis kelamin : Wanita yang bekerja memiliki resiko lebih tinggi mengalami nyeri punggung bawah dibandingkan pria. Sensitivitas terhadap nyeri pada wanita cenderung meningkat, terutama saat mereka mengalami sindrom pramenstruasi, dismenore, atau selama kehamilan.

2. Faktor gaya hidup

   1). Merokok : Perokok aktif didefinisikan sebagai individu yang merokok secara teratur, meskipun hanya satu batang per hari. Merokok telah diidentifikasi sebagai salah satu faktor risiko nyeri punggung bawah karena dapat menyebabkan penurunan kepadatan mineral tulang. Pada pria, risiko nyeri punggung bawah meningkat dua kali lipat jika mereka merokok lebih dari 14 batang per hari.

2). Aktivitas fisik : Seseorang memiliki risiko tiga kali lebih tinggi untuk mengalami nyeri punggung bawah jika tidak aktif secara fisik, karena hal ini dapat menyebabkan kurangnya fleksibilitas dan penurunan kekuatan otot punggung. Aktivitas fisik, terutama latihan yang melibatkan peregangan dan penguatan tulang belakang bagian lumbosakral, dapat membantu mencegah obesitas dan menurunkan risiko nyeri punggung bawah. Keterlibatan dalam aktivitas fisik terbukti berhubungan dengan tingkat nyeri punggung bawah yang lebih rendah, dan latihan penguatan otot tulang belakang sangat bermanfaat dalam pencegahannya.

3. faktor pekerjaan

   1). Posisi duduk : Posisi duduk yang statis pada pekerja dapat meningkatkan risiko nyeri punggung bawah kronis, terutama karena banyak pekerjaan melibatkan posisi duduk yang tidak ergonomis, yang dapat meningkatkan risiko keluhan nyeri punggung bawah hingga 40 kali lipat. Hal ini menunjukkan kemungkinan adanya hubungan sebab-akibat antara posisi duduk dan nyeri punggung bawah. Bahkan, duduk selama satu jam saja dapat membuat pekerja kantor dengan nyeri punggung bawah kronis mengambil posisi duduk yang asimetris, yang juga secara signifikan meningkatkan risiko keluhan nyeri punggung bawah.

   2). Durasi duduk : Menghabiskan lebih dari 40 jam per minggu atau lebih dari 6 jam sehari duduk di depan komputer dapat meningkatkan risiko nyeri punggung bawah. Selain itu, durasi duduk yang lama dapat menyebabkan kontraksi statis pada otot-otot postural, yang dapat memicu timbulnya nyeri punggung bawah.

   3). Frekuensi istrahat : Frekuensi istirahat dapat mencerminkan tuntutan fisik di lingkungan kerja, terutama karena pekerjaan kantor sering melibatkan posisi duduk yang lama. Kurangnya aktivitas saat duduk dapat menyebabkan pemendekan jaringan lunak dan kontraksi statis pada otot postural, yang dapat membatasi pergerakan sendi, mengganggu biomekanik tubuh, dan berkontribusi pada gangguan muskuloskeletal.

4. Faktor psikologis

   stress : Stres dapat menambah beban fisik dan menyebabkan ketegangan otot, yang sering dianggap sebagai tanda awal gangguan muskuloskeletal.

Pekerja yang mengalami stres memiliki risiko lima kali lebih tinggi untuk mengalami nyeri punggung bawah.

2.3.7 Pengobatan nyeri punggung bawah

Pemberian analgesik, terapi fisik, dan terapi psikologis disesuaikan dengan tingkat serta jenis nyeri yang dialami oleh pasien. Pengobatan nyeri punggung bawah kronis sering kali memerlukan pendekatan perawatan yang komprehensif menurut (Helfgott, 2021). Ada berbagai metode untuk mengatasi nyeri, baik yang bersifat farmakologis maupun non-farmakologis (Hakiki et al., 2019).

1. Analgesik adalah jenis obat yang secara selektif meredakan rasa sakit dengan memengaruhi sistem saraf pusat atau mekanisme nyeri perifer, tanpa memengaruhi tingkat kesadaran secara signifikan. Obat ini bekerja untuk mengurangi rasa sakit tanpa mengatasi penyebab utamanya. Namun, penggunaan dosis yang berlebihan dapat menyebabkan efek samping terntentu(Pristianto et al., 2023)
2. Fisioterapi adalah bidang layanan kesehatan yang menawarkan perawatan untuk individu, keluarga, kelompok, dan masyarakat secara umum. Tujuan utamanya adalah mengatasi masalah dan kebutuhan yang berkaitan dengan kesehatan gerak fungsional atau aktivitas fisik. Layanan fisioterapi berfungsi untuk menangani masalah kesehatan di masyarakat, khususnya dalam meningkatkan kapasitas fisik individu dalam komunitas.
3. Teknik nonfarmakologi adalah salah satu tindakan yang dilakukan oleh perawat secara mandiri untuk mengurangi rasa sakit pada pasien. Salah satu bentuknya adalah teknik relaksasi, yang membantu individu mengendalikan diri saat mengalami rasa sakit, dan dapat diterapkan pada orang sehat maupun yang sakit. Teknik ini memiliki risiko yang rendah dan tidak menimbulkan bahaya bagi pasien, sehingga sering digunakan untuk meredakan nyeri pada pasien dengan fraktur. Selain itu, terapi nonfarmakologi tidak menyebabkan efek samping (Nurlela et al., 2023)
4. Farmakologi adalah ilmu yang mempelajari obat-obatan dan cara kerjanya dalam sistem biologis. Ini mencakup bagaimana bagian-bagian tubuh merespons sifat-sifat obat, pengaruh sifat fisiko-kimia obat pada tubuh, manfaat obat dalam proses penyembuhan, serta jalur metabolisme obat dalam tubuh. Dengan kata lain, farmakologi mengevaluasi efek senyawa kimia pada jaringan hidup makhluk hidup (Hakiki et al., 2019)

2.4 Konsep Dasar Terapi Kompres Es

2.4.1 Pengertian Terapi Kompres Es

Pemberian terapi kompres es dapat meningkatkan pelepasan hormon endorfin, yang menghambat transmisi rasa nyeri dan merangsang serabut saraf berdiameter besar A-beta. Ini mengurangi pergerakan impuls rasa nyeri melalui serabut saraf A-delta dan serabut saraf C. Selain itu, kompres dingin juga mengurangi kemampuan serabut nyeri dalam mentransmisikan rangsangan nyeri (Seriati Situmorang et al., 2022)

Penggunaan terapi dingin dengan kompres es dapat mempengaruhi kulit, jaringan di bawahnya, otot, dan suhu pada sendi. Penurunan suhu pada jaringan lunak dapat merangsang reseptor yang memicu serat adrenergik simpatis, mengakibatkan penyempitan pembuluh darah lokal di arteri dan vena. Hal ini menandakan pengurangan pembengkakan dan penurunan proses metabolisme, yang berkontribusi pada penurunan reaksi peradangan (Lestari, 2021)

2.4.2 Tujuan Terapi Kompres Es

Tujuan terapi kompres es yaitu untuk mengurangi pembengkakan dan peradangan di area yang sakit. Kompres es dapat menyempitkan pembuluh darah sehingga mengurangi aliran darah ke area yang cedera, menurunkan peradangan, dan meredakan rasa nyeri serta menenangkan dan mengurangi kejang otot. (kemenkes ri).

2.4.3 Teknik Pemberian Terapi Kompres Es

Kompres es dapat digunakan pada area yang mengalami nyeri, seperti pinggang, perut bagian bawah, atau lipatan paha, terutama selama kontraksi. Kompres dingin biasanya dibuat dengan kantung plastik yang diisi air dingin pada suhu sekitar 15-18°C, dan ditempatkan pada area yang terasa nyeri selama 5-10 menit (Astuti, 2023)

2.5 Evaluasi

2.5.1 Pengertian Evaluasi

Evaluasi merupakan salah satu komponen dari sistem pendidikan yang harus dilakukan secara sistematis dan terencana sebagai alat untuk mengukur keberhasilan atau target yang akan dicapai dalam proses pendidikan dan pembelajaran. Istilah evaluasi berati tindakan atau proses untuk menentukan nilai sesuatu atau segala sesuatu yang ada hubungannya dengan pendidikan. Evaluasi meliputi semua aspek pembelajaran, baik kemampuan intelektual (kognitif),

kemampuan rasa, sikap dan perilaku (afektif) dan kemampuan keterampilan (psikomotor) (Ismail, 2020)

Definisi evaluasi telah banyak pakar yang mendefinisikan dengan banyak variasi. Seperti yang dikemukakan oleh Fitzpatrick, Sanders, & Worthen. evaluasi adalah identifikasi, klarifikasi, dan penerapan kriteria untuk menentukan nilai suatu objek evaluasi (nilai/manfaat) berkaitan dengan kriteria tersebut. (Ansori, 2023)Evaluasi menurut Wirawan, adalah: pengamatan terhadap objek evaluasi untuk mengumpulkan, menganalisis dan menyajikan informasi serta menilai dan membandingkan dengan indikator evaluasi yang hasilnya digunakan untuk mengambil keputusan objek. (Ashiong et al., 2015)

2.5.2 Tujuan Evaluasi

Tujuan evaluasi diantaranya keeping track untuk menelurusuri dan melacak proses belajar seseorang dengan rencana pelaksanaan yang telah ditetapkan. Kedua, checking up untuk mengecek ketercapaian kemampuan seseorang dalam proses pembelajaran dan kekurang-kekurangan seseorang selama mengikuti proses terapi atau pembelajaran. Ketiga, finding out untuk mencari, menemukan dan mendeteksi kekurangan, kesalahn atau kelemahan seseorang dalam proses terapi sehingga dengan cepat dapat mencari alternatif. Keempat, summing up untuk menyimpulkan tingkat penguasaan seseorang terhadap kompetensi yang telah ditetapkan, hal ini dapat menjadi kesimpulan yang dapat digunakan untuk menyusun laporan kemajuan suatu tindakan atau pembelajaran yang diberikan (Kusmiyati, 2022).

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui hasil nyata yang sudah dicapai. Penialian dilakukan secara objektif dan berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan sesuai perencanaan. Dari kegiatan tersebut dapat dilihat hasil yang dicapai sudah sesuai target dan standar yang telah ditentukan ataukah belum.

2.5.3 Jenis-Jenis Evaluasi

Pendekatan evaluasi dapat dikategorikan menjadi dua jenis berdasarkan komponen pembelajarannya (Maulani et al., 2023)

a. Evaluasi formatif yaitu pendekatan yang berfokus pada evaluasi yang dilakukan selama proses pembelajaran berlangsung. Tujuannya adalah untuk memberikan umpan balik kepada seseorang agar dapat memperbaiki proses pembelajaran, serta mencapal tujuan pembelajaran dengan lebih efektif.

b. Evaluasi sumatif yaitu pendekatan ini dilakukan setelah proses pembelajaran selesai, dengan tujuan untuk menilai pencapaian hasil belajar seseorang. Hasil dari evaluasi sumatif sering digunakan untuk menentukan keberhasilan seseorang dalam mencapai standar yang telah ditetapkan.

2.5.4 Fungsi Evaluasi

Evaluasi memiliki fungsi atau kegunaan sebagai berikut (Kusmiyati, 2022):

a. Fungsi formatif untuk memberikan umpan balik sebagai dasar dalam memperbaiki proses pembelajaran yang didapatkan seseorang.
b. Fungsi sumatif untuk menentukan kemajuan atau hasil belajar seseorang, sebagai bahan untuk memberikan laporan kepada berbagai pihak.
c. Fungsi diagnostik untuk memahami latar belakang meliputi latar psikologis, fisik dan lingkungan seseorang yang mengalami kesulitan, yang hasilnya dapat digunakan sebagai dasar dalam memecahkan kesulitan-kesulitan tersebut
d. Fungsi penempatan untuk menempatkan seseorang dalam situasi pembelajaran yang tepat sesuai dengan tingkat kemampuannya.

2.5.5 Aspek-Aspek Evaluasi

Aspek-Aspek evaluasi terdiri atas 2 yaitu sebagai berikut (Sholihan et al., 2024)

a. Aspek kognitif yaitu kegiatan menggunakan kemampuan berpikir dengan otak untuk berpikir lebih kompleks dalam memecahkan masalah yang memiliki enam jenjang kemampuan yaitu pengetahuan, pemahaman, penerapan, analisis, sintesis dan evaluasi
b. Aspek afektif berkaitan dengan kemampuan sikap dan nilai yang mempuyai empat jenjang kemampuan afektif yaitu kemampuan menerima, kemampuan menggapi, kemampuan menilai dan kemampuan mengatur segala sesuatu.
c. Aspek psikomotorik berkaitan dengan kemampuan bergerak atau bertindak setelah diberikan suatu pembelajaran yang merupakan kemampuan dalam hal menggerakkan tubuh atau bagian-bagiannya dari gerakan sederhana yang sulit.

2.6 Penelitian Relavan

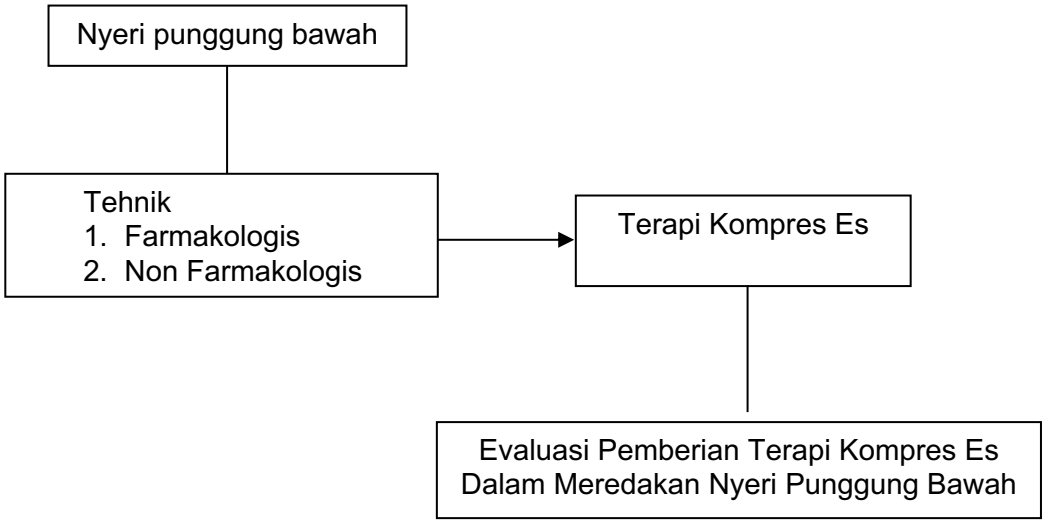
Tabel 2.1 Penelitian Relevan

No	Nama peneliti	Judul penelitian	Hasil penelitian	Perbedaan	Persamaan
1.	(Baiq Kamilia Apriliani et al., 2024)	Evaluasi Drug Related Problems (DRPs) Pada Pasien Hipertensi di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Provinsi NTB	Hasil penelitian didapatkan 1 pasien berpotensi DRPs, kategori DRPs yang terjadi adalah DRPs kategori keja dian obat yang mungkin terjadi dan kategori kombinasi obat yang tidak tepat atau obat - obatan dan herbal obat - obatan atau obat suplemen makanan. Kejadian DRPs pada penelitian ini sebanyak 5,6%, kejadian non - DRPs sebanyak 94,4% dan persentase tiap kategori D RPs sebanyak 2,12%. Obat yang paling banyak digunakan dalam terapi pasien hipertensi di instalasi rawat Rumah Sakit Umum Daerah Provinsi NTB adalah amlodipin (33,3%).	1.Metode penelitian kuantitatif 2.sampel penelitian 3. pengambilan data	Desain penelitian kualitatif deskriftif
2.	(Umami & Farida, 2022)	Evaluasi Program Theurapetic Feeding Center dalam Upaya Penanganan Kasus Gizi Buruk pada Balita di Kabupaten Tegal (Studi Kasus di Wilayah Kerja Puskesmas Bumijawa, Tegal Tahun 2021)	Hasil menunjukkan bahwa program TFC dapat dikatakan cukup baik . Hal ini terlihat dari komponen *input* (pet ugas, dana, bahan dan waktu pelaksanaan sudah baik, namun masih terdapat kendala dalam peralatan yang masih kurang memadai dan masih ada paket makanan yang tidak sesuai	1. metode penelitian kuantitatif 2. sampel penelitin	Metode penelitiar kualitatif tehnik pengambilan sampel

No	Nama peneliti	Judul penelitian	Hasil penelitian	Perbedaan	Persamaan
			dengan sasaran program). Komponen proses (tahap penemuan kasus sudah sesuai dengan panduan, penanganan kasus sesuai dengan kondisi balita, serta pemulihan yang sudah dilakukan orang tua balita di rumah. Namun dalam tahapan pemulihan orang tua balita merasa kesulitan tersendiri dalam menyokong pemulihannya selama di rumah). Kemudian pada komponen *output* (dalam waktu 3 bulan balita gizi buruk mengalami kenaikan berat badan selama mengikuti program TFC).		
3.	Alfiah amelia maharani, (2023)	Efektivitas Pemberian Terapi Kompres Hangat Dan Kompres Dingin Terhadap Penurunan Nyeri Haid (Disminore) Di Man 2 Kota Semarang	Hasil analisa diperoleh bahwa dari 80 responden dan hasil uji Wilcoxon didapatkan intensitas nyeri sebelum dan sesudah diberi kompres air dingin pada responden dengan dismenore (p value 0.020<0.05). hasil intensitas nyeri sebelum dan sesudah kompres hangat pada responden dengan dismenore (p value 0,000).	Masalah pada penelitian, metode penelitian, Tempat penelitian	Intervensi yang di berikan untuk meredakan nyeri

2.7 Kerangka Teori

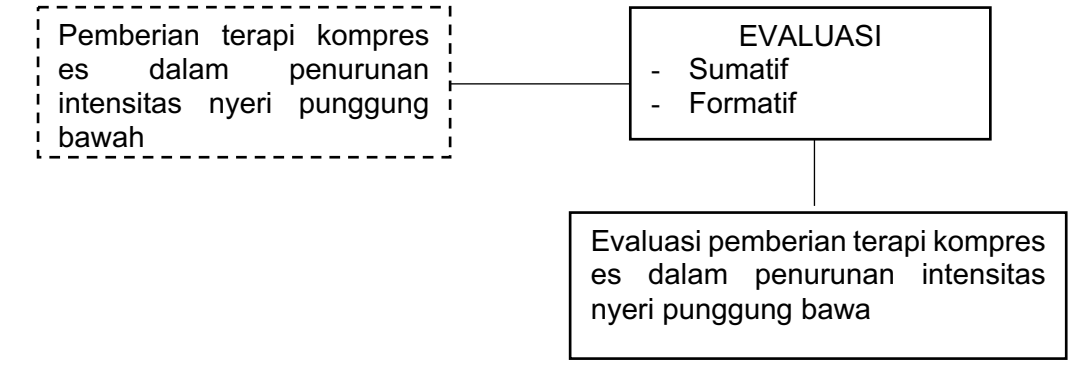
Kerangka teori adalah model pendahuluan dari sebuah masalah penelitian yang merupakan refleksi dari variabel-variabel yang akan diteliti. Kerangka teori dibuat dari teori yang sudah ada.



(Hakiki & Kushartanti, 2019; Seriati Situmorang & Junita, 2022)

gambar 2.3 Kerangka Teori

2.8 kerangka konsep



: Variabel yang di teliti

: Variabel yang tidak di teliti

: Alur konsep

gambar 2.4 kerangka konsep

BAB III
METODE PENELITIAN

3.1 Pendekatan Dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan studi fenomenologi. Studi fenomenologi bertujuan untuk mengetahui dunia dari sudut pandang orang yang mengalaminya secara langsung atau berkaitan dengan sifat-sifat alami pengalaman manusia. Peneliti telah mengkaji secara mendalam mengenai Evaluasi Pemberian Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Kerawang Di Desa Mengolato Kecamatan Telaga

3.2 Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini murupakan para pengrajin kerawang yang telah diberikan intervensi terapi kompres es dalam penurunan intensitas nyeri punggung bawah dengan penentuan partisipan menggunakan Teknik *Snowball* sampling,

Snowball sampling adalah teknik pengambilan sampel dengan bantuan informan kunci, dan dari informan kunci inilah akan berkembang sesuai petunjuknya. Dengan teknik snowball sampling ini dipilih kader desa 1 orang karena bertepatan kader tersebut merupakan pengrajin kerawang, yang menjadi informan kunci untuk selanjutnya memberikan petunjuk siapa informan dari pengrajin kerawang untuk memberikan data. yang dimana penentuan teknik ini didasarkan pada teknik pengambilan sampel yang berawal dari sedikit responden, kemudian bertambah karena rekomendasi dari responden-responden sebelumnya. Dan hasil nya terdapat 7 responden yang telah telah diwawancarai

3.3 Tempat Dan Waktu Penelitian

Penellitian ini telah dilakukan di Desa Mongolato Kecamatan Telaga pada bulan oktober tahun 2024. Lokasi ini dipilih karena Kecamatan Telaga merupakan salah satu daerah yang memiliki komunitas pengrajin kerawang di kabupaten Gorontalo

Keputusan untuk mewawancarai para pengrajin kerawang, dikarenakan pengrajin kerawang rentan untuk mengalami nyeri pungung bagian bawah, selain itu pengrajin kerawang di desa mongolato, kecamatan Telaga telah diberikan intervensi pemberian kompres es dalam penurunan intensitas nyeri punggung bawah pada penelitian sebelumnya.

3.4 Sumber Data

Data primer dan data sekunder merupakan dua kategori data yang digunakan dalam penelitian ini. Data primer adalah informasi yang diperoleh melaluli percakapan dengan sumber atau informan. Untuk mengumpulkan data primer, peneliti melakukan wawancara pada pekerja kerawang di desa mongolato kecamatan telaga

Data Sekunder adalah sumber informasi penelitian saat ini atau masa lalu yang dikumpulkan oleh peneliti sebagai buku dan jurnal yang menyediakan materi terkait penelitian

3.5 Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini:

3.5.1 Wawancara Mendalam

Wawancara mendalam yaitu teknik pengumpulan data yang dilakukan peneliti untuk mendapatkan informasi secara lisan melalui tanya jawab yang berhadapan langsung dengan sejumlah informan yang dapat memberikan keterangan-keterangan yang berkaitan permasalahan penelitian. Metode ini bertujuan untuk memperoleh keterangan langsung dari informan dengan memberikan beberapa gagasan pokok atau kerangka dan garis besar pertanyaan yang sama dalam proses wawancara ke dalam beberapa informan.

Peneliti melakukan wawancara terhadap beberapa pekerja kerawang. Keseluruhan partisipan adalah pengrajin kerawang yang berada di desa mongolato Kecamatan telaga

3.5.2 Dokumentasi

Peneliti melakukan dokumentasi dalam bentuk foto dalam sesi wawancara, peneliti mengambil dokumentasi pada setiap partisipan. Dalam sesi dokumentasi ini peneliti menanyakan tentang Evaluasi Pemberian Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Kerawang Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga.

3.5.3 Observasi

Dalam observasi peneliti melakukan observasi data awal sampai dengan selesai penelitian. Dalam proses observasi peneliti mengobservasi para individu partisipan pekerja kerawang yang mengalami nyeri punggung bawah.

3.6 Analisis Data

Analisis data wawancara menggunakan tahapan analisis menurut Colaizzi yang dilakukan bersamaan dengan pengumpulan data, interpretasi data dan pengumpulan laporan naratif berikut:

1. Mendeskripsikan fenomena yang diteliti, peneliti memahami fenomena Terapi Kompres Es dalam Penurunan Intensitas Nyeri melalui studi literatur dan hasil-hasil penelitian terkait.
2. Mencatat data dari hasil wawancara dengan partisipan dalam bentuk kata demi kata atau verbatim untuk mendeskripsikan pelaksanaan Terapi Kompres Es Pada Pekerja Kerawang di Desa Mongolato, Kecamatan Telaga
3. Membaca seluruh deskripsi fenomena yang telah disampaikan oleh informan kunci dengan membacanya secara berulang-ulang.
4. Peneliti membaca kembali hasil wawancara dan mengutip pertanyaan yang bermakna. Peneliti membaca kembali transkrip hasil wawancara, memilih pernyataan hasil verbatim yang signifikan dan sesuai dengan tujuan penelitian, serta memilih kata kunci pada pernyataan, dipilih dengan memberikan garis penanda dan kode tujuan khusus.
5. Menguraikan arti yang ada dalam pernyataan signifikan, membaca kembali kata kunci yang telah diidentifikasi dan mencoba menemukan esensi dari kata kunci untuk memberi kategori
6. Mengelompokkan makna-makna ke dalam kelompok tema dengan menyusun tabel kisi-kisi tema yang memuat pengelompokkan kategori ke dalam sub-sub tema, sub teman dan tema
7. Menuliskan deskripsi yang lengkap, merangkai tema yang ditemukan selama proses analisa data dan menuliskannya menjadi sebuah deskripsi yang dalam terkait keberhasilan Terapi Kompres Es
8. Peneliti menemui partisipan untuk memvalidasi deskripsi hasil analisis, peneliti kembali kepada partisipan untuk membacakan kisi-kisi hasil analisis tema yang bertujuan untuk tema yang diperoleh sudah sesuai atau tidak.
9. Menggabungkan data hasil validasi ke dalam deskripsi hasil analisis, menganalisi kembali data yang diperoleh selama melakukan validasi kepada partisipan untuk ditambahkan ke dalam deskripsi yang mendalam pada laporan penelitian sehingga pembaca dapat memahami keberhasilan Terapi

Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Pengrajin Kerawang

3.7 Keabsahan Data

Ada empat metode untuk menentukan keabsahan data, yang digunakan untuk mengevaluasi data yang diperoleh atau menentukan keabsahan informasi dan untuk menentukan apakah pelnelitian yang dilakukan memang merupakan penelitian ilmiah.

Peneliti melakukan evaluasi data dengan empat metode keabsahan data untuk memperoleh atau menemukan suatu informasi yang telah di dapat tentang pemberian terapi kompres es dalam penurunan intensitas nyeri punggung bawah pada pekerja kerawang di desa mongolato kecamatan telaga

3.7.1 Credibility

Peneliti membaca kembali hasil wawancara dan mengutip pertanyaan yang bermakna. Peneliti membaca kembali transkrip hasil wawancara, memilih pernyataan hasil verbatim yang signifikan dan sesuai dengan tujuan penelitian, serta memilih kata kunci pada pernyataan, dipilih dengan memberikan garis penanda dan kode tujuan khusus.

3.7.2 Transferability

Peneliti menemui partisipan untuk memvalidasi deskripsi hasil analisis, peneliti kembali kepada partisipan untuk membacakan kisi-kisi hasil analisis tema yang bertujuan untuk tema yang diperoleh sudah sesuai atau tidak

3.7.3 Dependability

Pada penelitian ini peneliti telah melakukan audit dengan cara peneliti akan berkonsultasi kembali kepada pembimbing, kemudian pembimbing akan mengaudit keseluruhan proses penelitian. Disini nanti peneliti akan berkonsultasi terhadap pembimbing untuk mengurangi kekeliruan-kekeliruan dalam penyajian hasil penelitian dan proses selama dilakukannya penelitian.

3.7.4 Triangulasi Data

Triangulasi data merupakan strategi untuk menjamin keakuratan data dengan membandingkan sumber non data dengan data penelitian untuk tujuan pembanding atau untuk alasan verifikasi. Dalam penellitian ini penelliti menggunakan Triangulasi Sumber, Triangulasi Metode dan Triangulasi Waktu.

1. Triangulasi Sumber

   triangulasi sumber untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data yang telah diperoleh dari beberapa sumber, seperti dideskripsikan, dikategorisasikan mana pandangan yang sama, yang berbeda, dan mana yang spesifik dari semua sumber data tersebut. data yang telah dianalisis oleh peneliti sehingga menghasilkan suatu kesimpulan selanjutnya dimintakan kesepakatan (member check) dengan semua sumber data tersebut. (Sugiyono, 2019)

2. Triangulasi Metode

   Untuk menguji kredibilitas data dilakukan dengan cara mengecek data kepada sumber yang sama dengan teknik yang berbeda. pada data yang diperoleh misalnya melalui wawancara, lalu dicek dengan observasi, dokumentasi, atau kuisioner. (Sugiyono, 2019)

3. Triangulasi Waktu

   waktu juga sering mempengaruhi kredibilitas data. data yang dikumpulkan dengan Teknik wawancara dipagi hari pada saat narasumber masih segar, belum banyak masalah, akan memberikan data yang lebih valid sehingga lebih kredibel. pada rangka pengujian kredibilitas data dapat dilakukan dengan wawancara , observasi, atau Teknik lain dalam waktu atau situasi yang berbeda.(Sugiyono, 2019)

3.8 Etika Penelitian

3.8.1 Informed Consent (Lembar Persetujuan)

informed consent merupakan persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan. informed consent tersebut diberikan sebelum penelitian dilakukan dengan memberikan lembar persetujuan untuk menjadi responden. jika subjek bersedia maka harus menandatangani lembar persetujuan namun jika subjek tidak bersedia peneliti harus menghormati hak pasien.

3.8.2 Respect Autonomy

Peneliti menjelaskan kepada partisipan tentang proses penelitian yang meliputi wawancara mendalam dengan melakukan rekaman suara menggunakan voicel recorder, selanjutkan partisipan diberi kesempatan untuk menentukan apakah partisipan bersedia atau menolak dalam melakukan wawancara untuk penelitian.

3.8.3 Privacy atau Dignity

Peneliti melakukan wawancara pada waktu yang sudah ditentukan dan disepakati oleh partisipan. Setting wawancara dibuat tenang dan kondusif serta tidak diketahui oleh orang lain.

3.8.4 Anonymity dan Confidentialy

Peneliti menjelaskan kepada partisipan bahwa identitas partisipan terjamin kerahasiaannya dengan menggunakan pengkodean sebagai pengganti identitas dari partisipan. Selain itu, peneliti menyimpan seluruh dokumentasi hasil pengumpulan data berupa lembar persetujuan mengikuti penelitian, biodata, hasil rekaman dan transkip wawancara dalam tempat khusus yang hanya dapat diakses oleh peneliti sendiri. Semua bentuk data hanya digunakan untuk keperluan proses analisis sampai penyusunan laporan penelitian sehingga partisipan tidak perlu takut data yang bersifat rahasia dan pribadi.

3.8.5 Justice

Peneliti memberikan kesempatan kepada partisipan yang memenuhi kriteria untuk berpartisipasi dalam penelitian ini. Selain itu, peneliti memberikan kesempatan yang sama dengan partisipan untuk mengungkapkan perasaannya baik sedih maupun senang.

3.8.6 Beneficence dan Nonmaleficence

Penelitian ini tidak membahayakan partisipan dan peneliti berusaha melindungi partisipan dari bahaya ketidaknyamanan. Peneliti menjelaskan tujuan dan manfaat penggunaan alat rekaman dan penggunaan data penelitian sehingga dapat dialami olelh partisipan dan bersedia mendatangani serta ketersediaan berpartisipasi atau informed consent. Selama prosels wawancara berlangsung penellitian memperhatikan beberapa hal yang dapat merugikan partisipan antara lain kenyamanan dan perubahan perasaan

3.9 Tahapan Penelitian

Prosedur pengumpulan data pada penelitian ini teridiri dari tiga tahapan yaitu tahapan persiapan, pelaksanaan serta terminasi.

3.9.1 Tahapan Persiapan

Peneliti menyusun panduan wawancara mencakup judul, pertanyaan terbuka. Sebelum melakukan wawancara peneliti meningkatkan kemampuan dalam melakukan wawancara dengan melakukan wawancara pada salah satu partisipan. Setelah itu meminta prosedur izin dengan mendapatkan surat uji etika

dari komite etika Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo sebagai syarat keluarnya izin penelitian selanjutnya peneliti mengantarkan surat permohonan meneliti ke kesbangpol Kabupaten Gorontalo kemudian mendapat rekomendasi permohonan penelitian kepada kepala desa mongolato kecamatan telaga. setelah peneliti dinyatakan dapat melakukan penelitian, kemudian peneliti dikenalkan pada petugas yang bertanggung jawab atau informan kunci dalam hal tersebut. Disana peneliti menerima daftar nama-nama komunitas pekerja kerawang sebagai responden dalam penelitian kemudian peneliti memulai diskusi, membina hubungan saling percaya, memperkenalkan diri maksud dan tujuan kedatangan. Kemudian peneliti menanyakan kesediaan individu untuk dapat menjadi responden dalam penelitian ini. Peneliti juga menyampaikan tidak ada unsur keterpaksaan dalam penelitian ini dan individu berhak menolak utuk menjadi responden, jika terdapat ketidaknyamanaan saat proses penelitiaan. Partisipan yang menyatakan kesediaan untuk mengikuti penelitiaan ini mendapat informend consent dan peneliti sudah dapat meminta nomor telephone yang dapat di hubunggi agar dapat mempemudah keberlangsungan penelitiaan.

3.9.2 Tahapan Pelaksanaan

Tahapan pelaksanaan wawancara terdiri dari tiga fase yaitu: Fase Orientasi, Fase Kerja, dan Fase Terminasi

1. Fase Orientasi

   Setelah peneliti melakukan kontrak dengan mengonfirmasi kesediaan untuk melakukan wawancara, peneliti masuk ke dalam tahapan fase orientasi yaitu dengan memperhatikan kondisi umum partisipan dengan menayakan keadaan dan kesehatan sebelum melakukan wawancara agar pasien dapat rileks. Setelah partisipan siap untuk diwawancarai sesuai kesepakatan barulah peneliti sudah dapat memulai izin terlebih dahulu untuk menggunakan rekaman suara atau *voice rescored* agar dapat merekam semua informasi, kemudian. Setelah rekaman suara berfungsi peneliti mulai menanyakan kesiapan partisipan dalam memulai wawancara serta sudah mulai menyiapkan panduan wawancara

2. Fase kerja

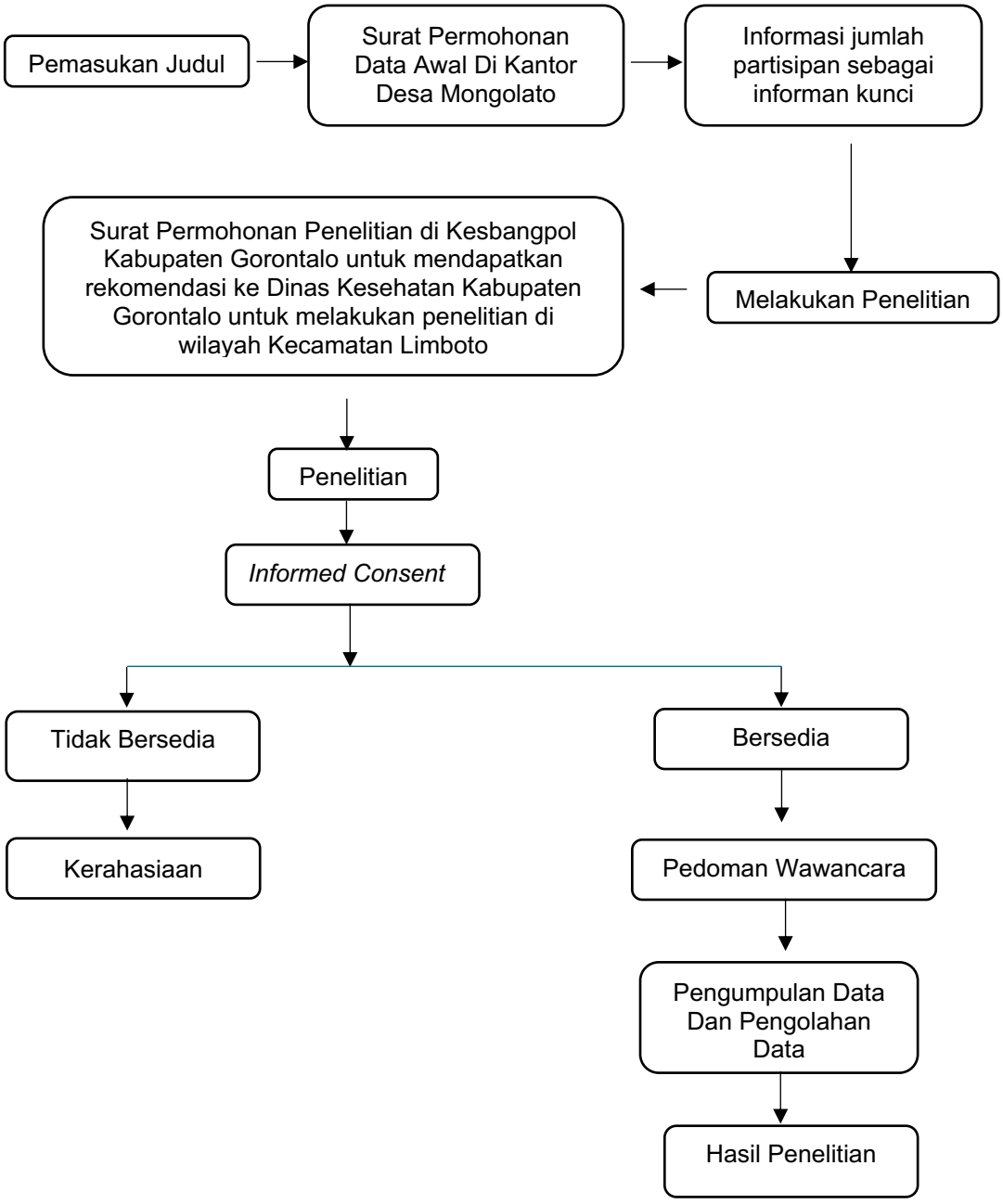
   Proses wawancara direkam dengan mengunakan *voice recorder.* Namun jika ada bagian wawancara yang tidak ingin di rekam makan rekaman

dihentikan dan kemudia dilanjutkan kembali setelah jawaban yang di utarakan pertisipan selesai. Dilanjutkan dengan pertanyaan baru, peneliti bertanya dengan pertanyaan terbuka sesuai dengan pedoman wawancara yang telah disususun sebelumnya. Ketika pertanyaan peneliti tidak dimengerti oleh partisipan maka peneliti mengulang kembali pertanyaan tersebut atau menyakan secra rinci sesuai dengan tujuan pertnyaan yang diinginkan. Proses wawancara berlangsung kurang lebih selama 20-30 menit dengan jumlah pertemuan 2 kali

3. Fase Terminasi

   Fase terminasi dilakukan setelah semua proses wawancara selesai. Terminasi dikaukukan dengan mengucapkan rasa terimakasih atas kesediaan partisipan karena seduh bersedia menjadi respponden dan ikut serta dalam penelitian.

3.10 Alur Penelitian



Gambar 3.1 Alur Penelitian

BAB IV
HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo. Desa mongolato adalah salah satu desa dikecamatan telaga, Desa mongolato sendiri merupakan salah satu Desa budaya yang terkenal dengan sentra pembuatan Karawo.

Desa Mongolato dikenal sebagai sentra rumah produksi kerajinan kerawang yang terkenal. Desa Mongolato dikenal sebagai rumah bagi pengrajin yang berdedikasi tinggi dalam mempertahankan dan mengembangkan seni kerawang. Para pengrajin yang semuanya merupakan penduduk asli desa Mongolato mengandalkan teknik tradisional yang diwariskan secara turun-temurun, tanpa menutup diri terhadap inovasi-inovasi yang berkembang sesuai zaman.

Desa Mongolato memiliki sejumlah rumah-rumah produksi yang berfungsi sebagai jantung dari industri kerajinan kerawang di Desa tersebut. Di tempattempat inilah, pengrajin tidak hanya memproduksi kerawang berkualitas tinggi, tetapi juga berbagi pengetahuan dan keterampilan dengan generasi muda. Industri kerajinan kerawang adalah salah satu pilar ekonomi Desa Mongolato. Rumah-rumah produksi kerawang memberikan lapangan pekerjaan bagi banyak penduduk setempat dan berkontribusi signifikan terhadap pendapatan desa. Bahkan, saat ini setiap musim haji rumah produksi yang ada di Mongolato selalu menjadi pusat pembuatan seragam karawo jamaah haji asal provinsi gorontalo, sebagai identitas jamaah haji yang berasal dari provinsi gorontalo.

Salah satu keberhasilan mongolato sebagai sentra pembuatan karawo tidak lepas dari dukungan pemerintah dan paling penting partisipasi aktif masyarakat desa Mongolato. Pemerintah kabupaten Gorontalo menyediakan berbagai program bantuan, pelatihan, dan fasilitas untuk mendukung para pengrajin karawo. Masyarakat Mongolato sendiri sangat bangga dengan warisan budaya mereka dan berkomitmen untuk menjaga dan mengembangkan industri karawo.

4.2 Hasil Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif untuk mengevaluas Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Pengrajin Kerawang Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga. Masa penelitian selama kuraang lebih 1 bulan berlangsung dari tanggal 04 november

sampai dengan 05 januari. Lokasi spesifik pelaksanaan pelatihan dilakukan di rumah-rumah pengrajin karao yang dilkukan dari rumah ke rumah.

4.2.1 Karakteristik Partisipan

Karakteristik Partisipan dalam penelitian ini disajikan dalam tabel di bawah ini

tabel 4. 1 Karakteristik Responden

No	Kode Partisipan	Umur	Jam Kerja	Pendidikan
1	P1	47	9 Jam	**SMP**
2	P2	39	9 Jam	**SMA**
3	P3	48	7 Jam	**SMA**
4	P4	50	5 Jam	**SMA**
5	P5	45	8 Jam	**SMP**
6	P6	43	7 Jam	**SMP**
7	P7	47	6 Jam	**SMA**

Sumber: Data Primer (2024)

Penelitian ini melibatkan 7 orang partisipan, partisipan sendiri adalah pengrajin yang merasakan gejala sakit pinggang bagian bawah dan telah melakukan intervesi berupa kompres air es

4.2.2 Temuan Penelitian

1. Pelaksanaan Terapi

Peneliti melakukan wawancara untuk mengkaji tentang pelaksanaan terapi kompres es pengetahuan partisipan tentang kompres es dengan menanyakan pemahaman partisipan hingga intensitas pelaksanaan terapi.

a. Pemahaman partisipan tentang Kompres Es

Partisipan dalam penelitian ini mengunakan kompres es sebagai salah satu cara untuk mengatasi permasalahan sakit punggung yang diderita sehingga perlu ditanyakan tentang pemahaman partisipan tentang Kompres Es itu sendiri.

“Kalau pemahaman saya tentang Kompres air Es itu dia dapat meredakan nyeri pada bagian yang di kompres, karena dengan melakaukan kompres air Es dapat membuat otot tidak tegang” ***(Partisipan 1)***

“Kompres air Es dapat menguranggi nyeri karena aktifitas duduk teralalu lama dan membuat otot tegang” ***(Partisipan 2)***

“Yang saya tau tentang kompres Air Es itu dapat menguranggi nyeri untuk bagian yang sakit karena otot tegang dan termasuk untuk saya yang sering duduk dalam waktu yang lama” ***(Partisipan 3)***

“Kompres Air Es itu dapat meringankan sakit punggung karena duduk terlalu lama” ***(Partisipan 4)***

“Kompres Es dapat meredakan nyeri karena membuat otot tidak tegang kalau otot tegang itu biasanya karna duduk terlalu lama” ***(Partisipan 5)***

”Yang saya tau kompres es itu dilakukan dibagian yang sakit karna otot itu kerema karna lama tidak bergerak” ***(Partisipan 6)***

”Kalau yang saya pahami itu kompres es dikompres dibagian yang sakit supaya otot tidak tegang” ***(Partisipan 7)***

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada kelima responden mengenai pemahaman dan pelaksanaan Kompres air Es para responden memahami kompres Es dapat menurunkan nyeri yang disebabkan otot pada bagian punggung tegang dan melakukan kompres pada saat merasakan sakit dan setelah melakukan aktifitas pembuatan karawo.

b. Intensitas Pelaksanaan Terapi

Partisipan ditanyai tentang seberapa sering melakukan kompres es atau lama saat melaksanakan kompres es.

”saya melakukan terapi ini selama 10 menit sampai rasa nyeri berkurang” ***(Partisipan 1)***

“Ketika saya merasa nyeri saya langsung melakukan terapi kompres es ayng saya lakukan selama 5-10 menit” ***(Partisipan 2)***

“Saya biasa melakukan terapi ini satu kali sehari ketika saya selesai bekerja dan biasanya saya melakukan nya selama 10 menit” ***(Partisipan 3)***

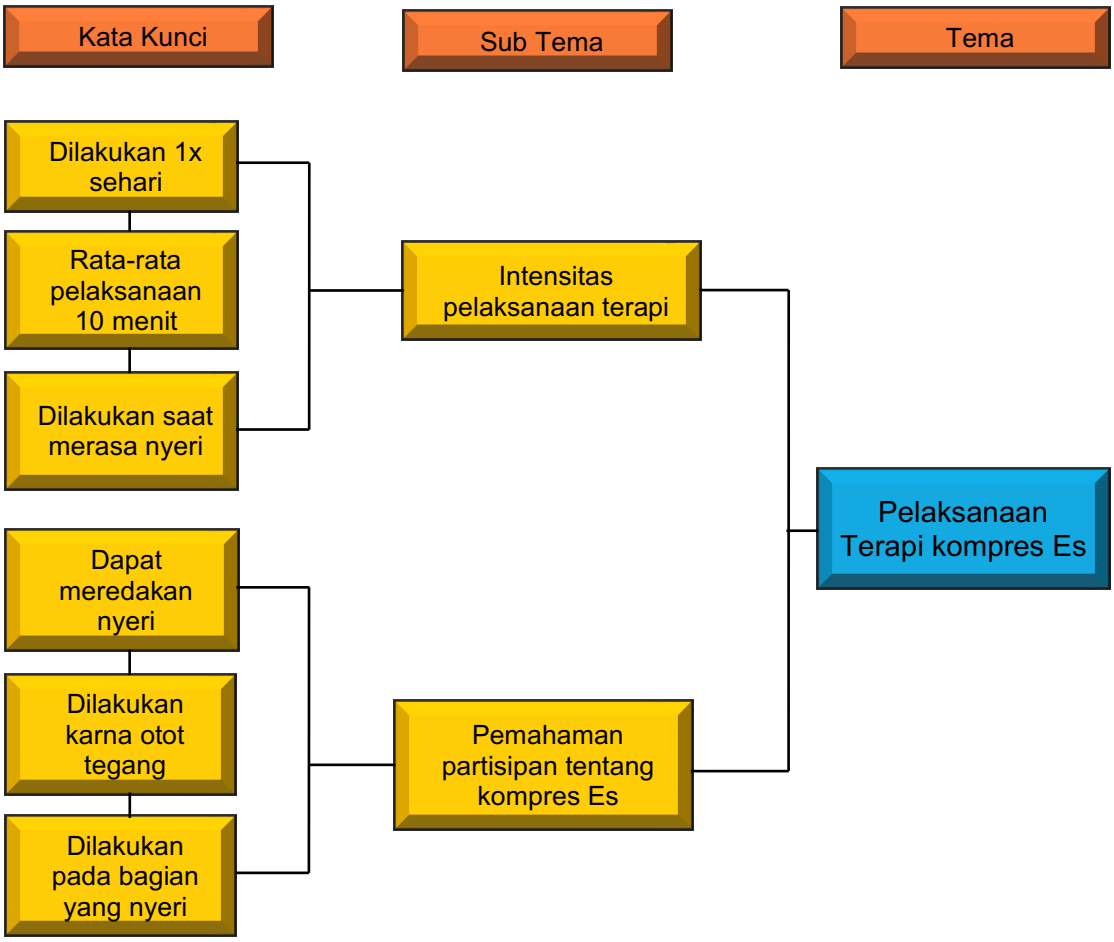
“Saya melakukan terapi ini 1x sehari selama 10 menit” ***(Partisipan 4)***

“Ketika rasa nyeri muncul saya akan melakukan terapi ini selama 5-10 menit ***(Partisipan 5)***

“Kalau nyerinya mucul saya melakukan kompres untuk waktunya itu saya tidak menentu sampai dengan nyerinya itu reda” ***(Partisipan 6)***

“Untuk kompresnya itu kurang lebih 10 menitan yang penting nyerinya suda reda ***(Partisipan 7)***

Hasil wawancara yanh dilakukan para partisipan rata-rata melakukan kompres dengan rata-rata dengan waktu yang kurang lebih sama yaitu 10 menit setiap satu hari kalau nyeri yang dirasakan muncul namun pada partsipan 6 waktu yag dilakukan tidak menentu sampai dengan nyeri yang dirasakan agak reda .



Gambar 4. 1 Diagram Fokus 1Hasil temuan peneliti

2. Nyeri

Salah satu hal utama dalam penelitiian ini adalah nyeri yang dirasakan oleh para partisipan sehingga peneliti perlu menanyakan tentang nyeri yang dirasakan, mulai dari penyebab nyeri, intensitas hingga perubuhan tingkat nyeri yang dirasakan.

a. Penyebab nyeri punggung bawah

Partisipan ditanyai tentang intensitas nyeri dan frekuensi nyeri punggung bawah yang diderita oleh partisipan berdasarkan hasil wawancara pada partisipan: Duduk terlalu lama, Dirasakan seperti berat

"Karena terlalu lama duduk waktu saya berkeja sehingga punggung terasa nyeri" ***(Partisipan 1)***

*"Nyeri seperti memikul beban terjadi sekali sehari kalau saya duduk terlalu lama"(****Partisipan 2)***

”Nyeri itu dirasakan kalau saya duduk terlalu lama” ***(Partisian 3)***

”*Nyeri kalau saya duduk terlalu lama atau diam terlalu lama”* ***(Partisipan 4)***

”Nyeri itu kalau saya duduk terlalu lama” ***(Parisipan 5)***

”Nyeri kalau saya tidak bergerak atau tidak bergerak lama” ***(Partisipan 6)***

”*Nyerinya itu kalau saya dalam posisi duduk yang lama”* ***(Partisipan 7)***

Berdarkan hasil wawancara tersebut intensitas nyeri yang dirasakan para partisipan karena duduk terlalu lama dan kerena tidak bergerak atau tidak melakukan aktivitas dengan waktu yang lama juga pada praktiknya para partisipan merupakan pekerja/pengrajin yang berkerja dengan duduk dalam waktu yang cukup lama.

b. Intensitas dan frekuensi nyeri punggung bawah

Rata-rata partisipan mengalami sakit punggung dikarenakan hal yang sama yaitu duduk terlalu lama maka peneliti mesara perlu ditanyakan tentang intensitas dan frekuensi nyeri yang dirasakan partisipan.

”Nyerinya itu muncul 1x dalam sehari” ***(Partisipan 1)***

”Nyeri itu cukup lama tapi hanya 1x sehari setehal duduk lama”

(Partisipan 2)

”Nyeri itu biasanya muncul 1x dalam sehari kalau terlalulama duduk”

(Partisian 3)

”*Nyerinya itu muncul dan terasa kalau saya duduk diam atau tidak banyak bergerak dan dirasakan 1x sehari”* ***(Partisipan 4)***

”Nyeri saya itu setiap duduk terlalu lama muncul kurang lebih 1x sehari tapi biasanya 2x kalau saya biarkan” ***(Parisipan 5)***

”Kalau munculnya itu kadang Cuma 1x kadang juga sampai 2x dalam sehari”

(Partisipan 6)

”Untuk munculnya itu 1x setiap hari kalau saya tidak merubah posisi atau bergerak ***(Partisipan 7)***

Berdarkan hasil wawancara tersebut intensitas nyeri yang dirasakan para partisipan dirasakan selama sekali sampai dengan duakali dalam sehari pada partisipan 7 mengatakan bahwa kalau pada nyeri yang pertama tidak di biarkan maka akan muncul nyeri yang kedua.

c. Perubahan tingkat nyeri setelah melakukan kompres es

Para partisipan telah melakukan kompres dan merasakan manfaat dari kompres yang dilakukan pada bagian punggung bawah namun perlu ditanyakan

secara spesifik tingkat nyeri yang dirasakan oleh para partisipan setalah melakukan kompres es.

"Setelah melakukan terapi ini nyeri berkurang yang tadinya nyeri sedang berkurang menjadi agak nyeri ringan" ***(Partisipan 1)***

"Nyeri yang rasa rasakan berkurang menjadi lebih ringan" ***(Partisipan 2)***

"Setelah melakukan terapi ini nyeri yang saya rasakan menurun" ***(Partisipan 3)***

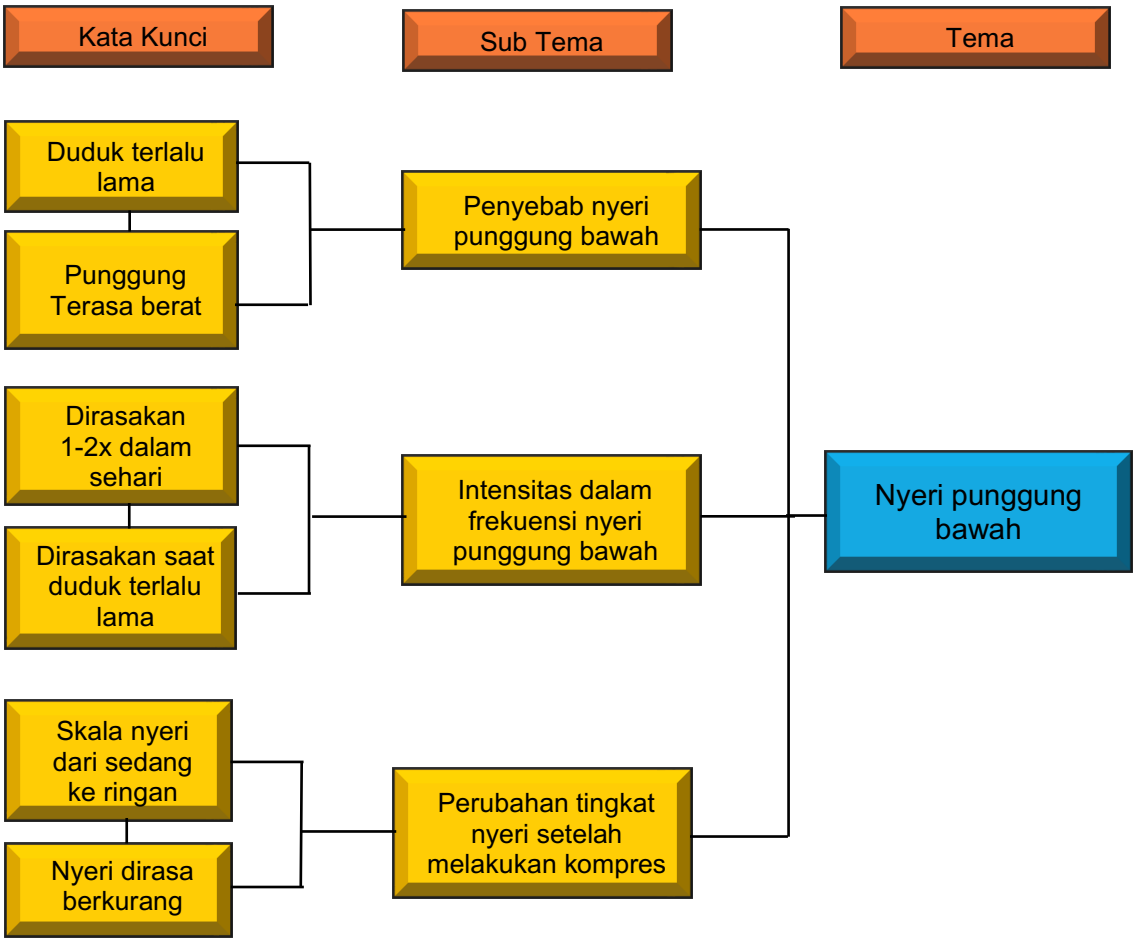
"Nyeri yang saya rasa setelah melakukan terapi nyerinya agak reda" ***(Partisipan 4)***

"Nyeri yang saya rasakan setelah melakukan terapi agak berkurang" ***(Partisipan 5)***

"Nyeri yang dirasakan itu agak reda atau agak ringan" ***(Partisipan 6)***

"Nyerinya agak berkurang dan agak reda sudah tidak terlalu mengganggu" ***(Partisipan 7)***

Para partisipan setlah dilakukan wawancara mengatakan bahwa tingkat nyeri yang dirasakan agak menurun kemudian para partisipan juga mengatakan bahwa rasa sakit yang merakan rasakan menjadi agak ringan sehingga sudah tidak mengganggu aktifitas partisipan.



Gambar 4. 2 Diagram Fokus 2 Hasil temuan peneliti

3. Efek Samping

Efek samping menajdi salah satu hal yang perlu diperhatikan dalam pelaksanaan suatu tindakan bahkan tindakan terapeutik sekalipun hal tersebut dilakukan untuk melihat ataupun menghindari hal yang tidak di inginkan terjadi pada pasien ataupun penerima asuhan.

a. Efek samping

Para partisipan telah melakukan kompres es sehingga para Partisipan ditanyai tentang efek samping dari kompres es yang dilakukan.

"Alhamdulillah selama saya melakukan terapi ini tidak ada efek samping yang saya rasakan" ***(Partisipan 1)***

"Selama saya melakukan terapi ini kulit yang terkena kompres es menjadi sedikit kemerahan" ***(Partisipan 2)***

“Alhamdulillah selama saya melakukan terapi ini tidak ada efek samping yang saya rasakan” ***(Partisipan 3)***

“Saya tidak merasakan efek samping dari terapi ini” ***(Partisipan 4)***

“Selama saya melakukan terapi ini tidak ada efek samping yang dirasakan mungkin bagianyang di kompes itu kemerahan” ***(Partisipan 5)***

“Untuk efek samping yang dirasakan dalam terapi ini tidak ada sejauh ini selama saya melakukan terapi” ***(Partisipan 6)***

“Kalau efeknya mungkin bagian yang di kompres itu agak kemerahan” ***(Partisipan 7)***

Para beberapa responden mengatakan tidak merasakan efek samping yang berarti saat melakukan terapi kompres es namun responden 5 dan 7 merasakan bagian yang di kompres merasa berwarna kemerahan.

b. Perasaan setelah kompres

Partisipan ditanyai tentang parasaan setelah melakukan terapi kompres es yang telah dilakukan oleh para partisipan.

“Terasa lega karena rasa nyeri pada bagian punggung berkurang” ***(Partisipan 1)***

“Setelah melakukan terapi ini nyeri yang saya rasa seperti memikul beban berat terasa hilang dan membuat saya nyaman untuk berkeja” ***(Parrtisipan 2)***

”Saya merasa lebih nyaman karena nyeri punggung saya berkurang” ***(Partisipan 3)***

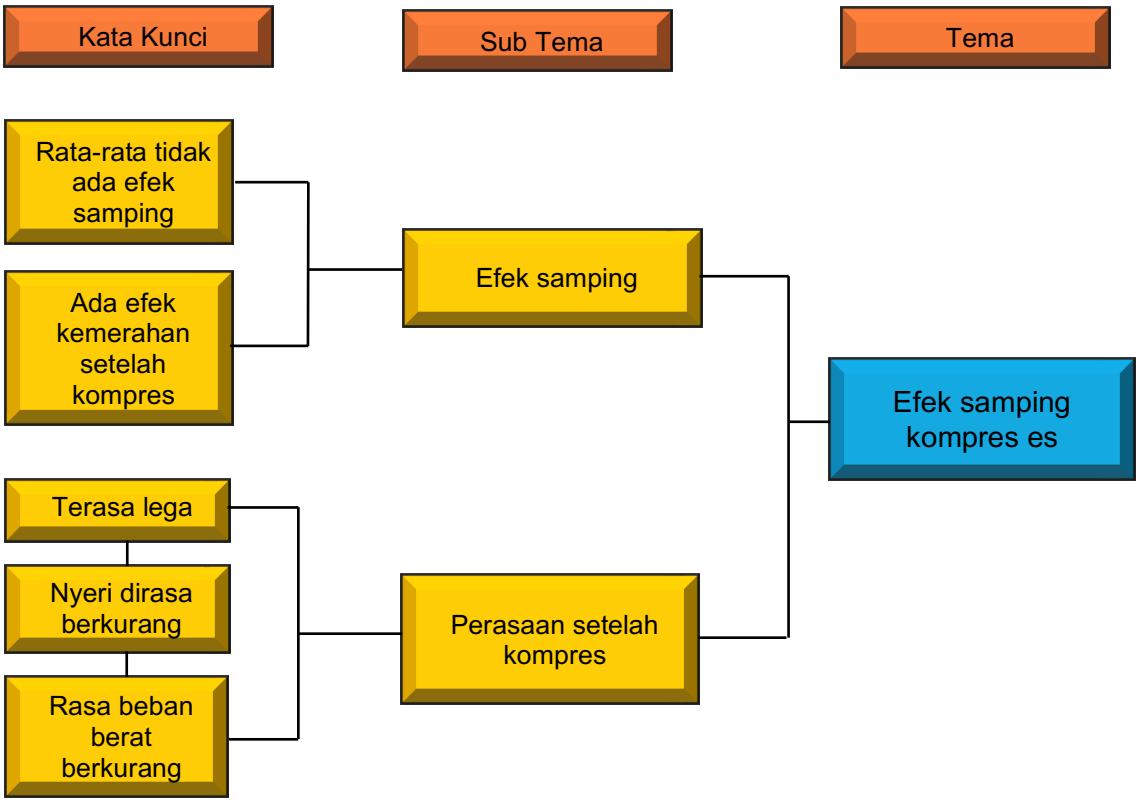
“saya merasa lega karena nyeri yang saya rasakan berkurang” ***(Partisipan 4)***

“saya merasa nyaman karena kram pada punggung saya menurun” ***(Partisipan 5)***

“Saya rasa agak reda sehingga rasa merasa agak lega” ***(Partisipan 6)***

“Saya merasa nyaman setalah melakukan kompres es karna nyerinyakan agak reda” ***(Partisipan 7)***

Partisipan mengatakan bahwa setelah melakukan kompres es rata-rata partisipan merasa nyaman karena nyeri yang dirasakan agak reda dan berkurang.



Gambar 4. 3 Diagram Fokus 3 Hasil temuan peneliti

4. Perubahan Fisik setelah terapi kompres es

Perubahan fisik merupakan salah satu hal perlu diperhatikan dalam pelaksanaan kompres hal ini juga menjadi salah satu indikator keberhasilan kompres karena jika aktifitas fisik partisipan tidak terganggu maka terapi dapat dikatakan berhasil.

a. Perubahan fisik

Para partisipan yang telah rutin melakukan kompres es ditanyai tentang manfaat fisik setelah melakukan kompres es.

"dengan terapi ini saya merasa lega karena tidak lagi merasakan nyeri punggung dan bisa kembali berkerja" ***(Partisipan 1)***

"saya merasa lebih nyaman untuk berkeja kembali karena nyeri telah berkurang" ***(Partisipan 2)***

"saya sudah tidak lagi merasakn nyeri punggung karena melakukan terapi ini" ***(Partisipan 3)***

“Saya merasa sehat karena biasanya saya sering merasa nyeri dan itu menganggu bagi saya” ***(Partisipan 4)***

“Saya menjadi nyaman dan merasa sehat karena nyeri punggung menurun dan bisa melakukan kembali pekerjaan saya” ***(Partisipan 5)***

“Saya rasakan enakan karena nyerinyakan agak menghilang jadi saya bisa melakukan aktivitas kembali” ***(Partisipan 6)***

“Saya merasa bisa melakukan aktivitas kembali karena nyeri yang saya rasakan sudah reda” ***(Partisipan 7)***

Manfaat fisik yang para partisipan rasakan setelah melakukan kompres adalah tidak merasakan nyeri sehingga para partisipan bisa melakukan aktifitas secara normal dan sudah tidak terganggu.

b. Manfaat terapi kompres es

Partisipan tanya tentang manfaat yang dirasakan setelah melakukan kompres Es pada bagian punggung bawah.

”Sangat bermanfaat karena setelah melakukan terapi kompres es nyeri yang dirasakan berkurang” ***(Partisipan 1)***

“Terapi ini sangat membantu saya dalam berkerja karena ketika nyeri itu timbul saya tinggal melakukan terapi kompres es” ***(Partisipan 2)***

”Terapi ini sangat bermanfaat bagi saya karena dapat menurunkan rasa nyeri punggung” ***(Partisipan 3****)*

“Terapi ini sangat bermanfaat bagi saya sebagai pekerja karawo karena saya sering merasa nyeri pada punggung” ***(Partisipan 4)***

“Bagi saya terapi ini sangat bermanfaat menurunkan nyeri punggung tanpa harus mengonsumsi obat” ***(Partisipan 5)***

“Bermanfaat bagi saya yang sering sakit punggung karena ada cara untuk meringankan sakitnya” ***(Partisipan 6)***

“Kalau manfaatnya untuk saya alhamdulillah nyeri yang saya rasakan dapat berkurang” ***(Partisipan 7)***

Dari hasil wawancara yang dilakukan pada responden mengatakan bahwa terapi kompres es berpengaruh baik kepada para responden dan dapat menurunkan rasa nyeri yang dirasakan terlebih para partisipan merupan pengraji yang semuanya sudah merasakan nyeri di bagian punggung kalau duduk terlalu lama.

c. Efektivitas pelaksanaan kompres es

Setelah melakukan kompres dengan hasil yang dirasakan oleh para partisipan sehingga peerlu ditanyakan tentang evektivitas pelaksanaan kompres itu sendiri.

"Dengan terapi ini alhamdulillah nyeri yang saya rasakan bisa teratasi tanpa mengonsumsi obat" ***(Partisipan 1)***

"Terapi ini sangat membantu saya karena dapat mengatasi nyeri punggung ketika saya bekerja" ***(Partisipan 2)***

"Menurut saya terapi ini sangat bagus untuk saya karena kebiasaan saya yang sering duduk terlalu lama" ***(Partisipan 3)***

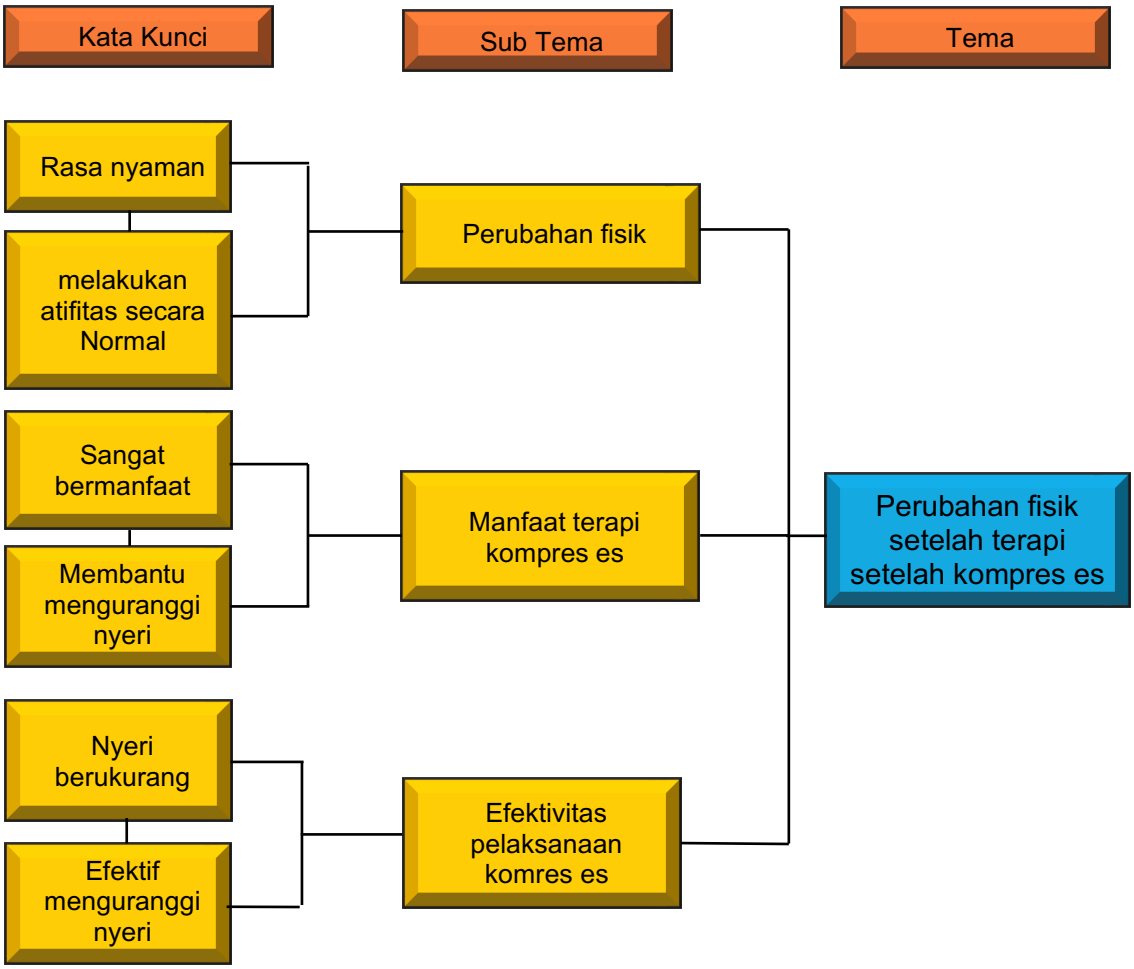
"Terapi ini sangat efektif untuk saya karena membantu saya mengatasi nyeri pada punggung saya" ***(Partisipan 4)***

"Terapi ini sangat bermanfaat karena efektif untuk menurunkan nyeri di punggung saya" ***(Partisipan 5)***

"Saya rasa terapi ini sanggat bermanfaat dan efektif untuk meredakan nyeri di punggung bawah" ***(Partisipan 6)***

"Terapi ini sanggat membantu dan efektif untuk menggurangi nyeri yang dirasakan oleh saya" ***(Partisipan 7)***

Setelah dilakukan wawancara pada para partisipan hampir secara keseluruhan partisipan mengatakan bahwa terapi ini bermanfaat dan efektif untuk digunakan dalam meredakan nyeri yang dirasakan oleh para partisipan.



Gambar 4. 4 Diagram Fokus 4 Hasil temuan peneliti

4.3 Pembahasan

1. Pelaksanaan Terapi

Salah satu aspek yang terpenting dalam penelitian ini adalah pelaksanaan terapi itu sendiri, dalam pelaksanaan terapi perlu diperhatikan beberapa aspek seperti pemahaman paerisipan tentang apa yang dilakukan atau dengan kata lain partisipan memiliki pemahaman dasar tentang yang dilakukan atau tindakan yang sedang di intervensi.

a. Pemahaman partisipan tentang kompres es

Hasil temuan peneliti berdasarkan hasil wawancara pemahaman partisipan tentang pemahaman partisipan dapat digambarkan partisipan 1 yang mempunyai jawaban yang lebih mendalam dengan pernyataan *"Kalau pemahaman saya tentang Kompres air Es itu dia dapat meredakan nyeri pada bagian yang di*

kompres, karena dengan melakaukan kompres air Es dapat membuat otot tidak tegang" Kemudian untuk partisipan lain mempunyai jawaban yang kurang lebih sama tapi hanya sekedar paham bahwa dengan kompres nyeri akan reda.

Hal ini juga sejalan yang disampaikan oleh.(Dharmawati & Wirata, 2020) Pengetahuan dan kesadaran tentang cara-cara memelihara dan meningkatkan kesehatan adalah awal dari keberdayaan kesehatan2 . Faktor yang mempengaruhi pengetahuan dapat dibedakan menjadi tiga macam, yaitu: faktor internal, faktor eksternal dan faktor pendekatan belajar3 . Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri sendiri ini meliputi dua aspek, yaitu aspek fisiologis dan aspek psikologis. Faktor eksternal seperti faktor internal, faktor ekstenal juga terdiri atas dua macam, yaitu: faktor lingkungan sosial dan faktor lingkungan non sosial. Lingkungan sosial yang dimaksud adalah orang tua, keluarga, teman dan masyarakat di lingkungan tempat tinggal. Faktor non sosial adalah rumah tempat tinggal dan letaknya, alat-alat belajar, keadaan cuaca dan waktu belajar. Semua faktor tersebut dapat mempengaruhi tingkat keberhasilan belajar dan penyerapan pengetahuan.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti menganalisis bahwa pemahamn umum partisipan tentang kompres es, partisipan sudah mengetahui manfaat dari kompres namun beberapa responden belum memahami cara kerja atau yang menyebabkan kompres dapat mengurangi nyeri yang mereka rasakan hal ini dikarenakan banyak faktor seperti pendidikan dan ke ingin tahuan dari partisipan itu sendiri hal ini tercermin dengan beberapa partisipan cukup aktif dan interaktif saat dilakukan wawancara terkait pemahaman mereka namun ada beberapa responden yang berusaha mengingat kembali tentang apa itu komres es, tapi secara umum partisipan dalam penelitian ini khususnya sudah mengetahui atau memahami manfaat dari kompres es itu sendiri.

b. Intensitas pelaksanaan terapi

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti partisipan ditanyai tentang intensitas atau sesering apa partisipan melakukan kompres pada bagian punggung bawah, berdasarkan jawaban dari partisipan kompres dilakukan kurang lebih 10 menit seperti yang disamapikan oleh partisipan 3 *"Saya biasa melakukan terapi ini satu kali sehari ketika saya selesai bekerja dan biasanya saya melakukan nya selama 10 menit"* Namun pernyataan yang agak berbeda disampaikan oleh partisipan 6 *"Kalau nyerinya mucul saya melakukan kompres untuk waktunya itu*

saya tidak menentu sampai dengan nyerinya itu reda" kompres dilakukan sampai dengan nyeri yang dirasa reda.

Hal ini sejalan dengan yang di kemukaan oleh.(Nurdinah et al., 2021) dengan intensitas pelaksanaan yang teratur dan dilakukan dengan tepat dapat menurunkan intensitas nyeri dengan signifikan hal ini dikarenakan pada saat nyeri dirasakan harus segera dilakukan penghambatan transimisi nyeri dengan merangsarang hormor endorphin pada individu yang merasakan nyeri.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut dapatkan bahwa hampir keseluruhan partisipan melakukan kompres kurang lebih 10 menit dengan ada perbedaan pada satu orang responden yang melakukan kompres sampai dengan nyeri yang dirasakan hilang yaitu partisipan 6. Sehingga peneliti menyimpulkan bahwa rata-rata partisipan mememiliki jumlah atau intensitas lama komres yang sama walaupun ada partisipan yang berbeda dalam durasinya hal ini terjadi karena partisipan tersebut ingin segera nyeri yang dirasakan menghilang hal ini dirasa wajar oleh peneliti namun dalam penelitian ini juga di bahas tetang efek samping salah satu efek dari proses kompres yang tidak memiliki rentan waktu yang teratur dapat membuat bagian yang di kompres menjadi kemarahan. Kemudia berdasarkan wawancara menadalam juga peneliti menemukan bahwa partisipan ini memeng memilki riwayat sakit punggung yang sudah lama terjadi namun sering diarkan karena tidak terlalu menganggu sehingga pada saat menemukan cara untuk menghilangkan nyeri hal tersebut dilakukan secara berlebihan.

2. Nyeri

Setelah mengetahui pengetahuan dasar responden tentang kompres es peneliti memperhatikan nyeri yang dirasakan partisipan selain menjadi penyebab intervesi dilakukan nyeri yang dirasakan partisipan perlu diketahui mulai dari penyebab hingga intensitas dan frekuensinya.

a. Penyebab nyeri punggung bawah

Hasil temuan peneliti berdasarkan hasil wawancara pada partisipan 1 sampai dengan 7 kurang lebih hampir-hampir mirip seperti yang di sampaikan oleh partisipa 1 *"Karena terlalu lama duduk waktu saya berkeja sehingga punggung terasa nyeri".* Jawaban para peneliti tidak terlalu beragam dan memiliki inti sari jawaban yang sama yakni peyebab nyeri yang mereka rasakan dikarenakan intensitas duduk yang terlalu lama atau diam dalam waktu yang lama.

Hal ini sejalan dengan yang diutarakan.(Rachmat et al., 2019) pada penlitian Hubungan Lama Duduk dan Sikap Duduk Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Penjahit Rumahan Di Kecamatan Tasikmadu Nyeri punggung tersebut dapat terjadi pada berbagai situasi kerja, tetapi risikonya lebih besar apabila duduk lama dalamposisi statis karena akan menyebabkan kontraksi otot yang terus menerus serta penyempitan pembuluh darah. Pada penyempitan pembuluh darah aliran darah terhambat dan terjadi iskemia, jaringan kekurangan oksigen dan nutrisi, sedangkan kontraksi otot yang lama akan menyebabkan penumpukan asam laktat, kedua hal tersebut menyebabkan nyeri Lama duduk juga dapat menimbulkan terjadinya spasme otot atau ketegangan pada daerah pantat. Pekerja perlu diberikan istirahat aktif untuk dapat menghindari pekerjaan yang monoton dalam jangka waktu lama, dan relaksasi untuk mengendorkan ketegangan saraf dan otot akibat kerja. Sehingga kejenuhan kerja dapat dikurangi, memulihkan kesegaran mental, dan akhirnya dapat meningkatkan produktivitas kerja. Selain itu dapat juga dilakukan perbaikan terhadap stasiun kerja para penjahit. Perbaikan stasiun kerja dapat menurunkan keluhan muskuloskeletal pada perajin ukir kayu.

Sehingga dapat disimpulkan penyebab nyeri punggung bawah yang dirasakan oleh para partisipan karena duduk terlalu lama dan diam dalam waktu yang lama hal berdasar dari penyampaian yg disampaikan oleh seluruh partisipan yang diwawancarai dalam penelitian ini. Hal ini sendiri tidak dapat ditampikan karena para partisipan berprofesi sebagai pengrajin karawo yang mengharuskan mereka duduk dengan waktu yang tidak singkat. Para pengrajin sendiri rata-rata bekerja kurang lebih samapai dengan 7 jam dalam sehari dengan waktu tersebut hampir dipastikan otot bagian punggung akan keram karena tidak digerakan atau dalam posisi yang sama dengan waktu yang lama, kemudia hal ini sudah menjadi rutinitas yang dilakukan dengan rentan waktu yang lama kemudia hampir dilakukan setiap hari sehingga ini menjadi faktor utama yang menyebabkan nyeri punggung yang partisipan dalam penelitian ini alami.

b. Intensitas dan frekuensi nyeri punggung bawah

Hasil temuan peneliti yang dilakukan pada para pengrajin karawo yang menggalami nyeri punggung bawah intesitas dan frekuensi nyeri yang dirasakan yaitu muncul setiap sekali sehari seperti yang disampaikan partisipan 2 *”Nyeri itu cukup lama tapi hanya 1x sehari setehal duduk lama”* kecuali partisipan 6 *”Kalau*

munculnya itu kadang Cuma 1x kadang juga sampai 2x dalam sehari" yang mengatakan intensitas dan frekuensi nyeri yang dirasakan yaitu bisa 2x dalam sehari.

Teori gatecontrol mengatakan bahwa stimulasi kutaneus mengaktifkan serabut saraf sensori A-beta yang lebih besar dan lebih cepat.(Ayu Handayany et al., 2020) Proses ini menurunkan transmisi nyeri melalui serabut C dan delta-A yang lebih berdiameter kecil. Impuls yang dikirim lewat serabut saraf besar yang berada di permukaan kulit, serabut saraf besar ini akan menutup gerbang sehingga otak tidak menerima pesan nyeri karena sudah diblokir oleh stimulasi kulit dengan teknik ini, akibatnya persepsi nyeri akan berubah.

Berdasarkan hal tersebut peneliti berasumsi atau menyimpulkan bahwa rata-rata insitas nyeri dan frekuensi nyeri rata-rata yang dirasakan oleh partisipan dalam peneliti adalah 1x dalam sehari namun ada juga partsipan yang mengalami nyeri sampai dengan 2x sehari, banyak faktor yang dapat menyebabkan hal ini terjadi salah satunya usia kebiasaan melakukan aktifitas fisik, kesadaran diri hingga pola makan, dalam penelitian ini sendiri peneliti dapat melihat dari sudut pandang kesadaran diri partisipan ada beberapa partisipan yang melakukan kompres pada saat nyeri itu mencul namun ada partisipan yang tidak melakukan kompres pada saat nyeri karena belum dirasa menganggu, dalam pelaksanaan kompres es yang menajadi inti dari tindakan adalah stimulus yang diberikan kepada otak bahwa nyeri sudah di blokir. Jika hal tersebut dilakukan maka dengan segera nyeri akan berkurang dengan segera para partisipan yang melakukan komres pada saat nyeri muncul akan langsung merasakan manfaatnya namun untuk partisipan yang melakukan kompres belakangan membuat stimulus tersebut akan kurang efektif.

c. Perubahan tingkat nyeri setelah melakukan komres es

Hasil wawancara yang didapatkan peneliti dari para partisipan bahwa terdapat perubahan setelah mereka melakukan kompres dengan jawabanyang cukup beragam mulai dari nyeri yang menjadi ringan atau nyeri yang reda seperti yang disampaikan partisipan 3 *"Nyeri yang saya rasa setelah melakukan terapi nyerinya agak reda"* dan yang sampaikan partisipan 2 *"Nyeri yang rasa rasakan berkurang menjadi lebih ringan".*

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan.(Rahmawati, 2023) Penatalaksanaan nyeri dapat di lakukan dengan 2 cara yaitu bisa dengan cara

farmakologis yaitu dengan obatobatan dan nonfarmakologis yang terdiri dari berbagai tindakan yaitu stimulasi fisik maupun perilaku kognitif. Penanganan fisik meliputi stimulasi kulit (massase), kompres, stimulasi kontralateral, pijat refleksi dan imobilisasi, intervensi perilaku kognitif meliputi tindakan distraksi, teknik relaksasi dan sentuhan terapeutik. Metode sederhana yang dapat di gunakan untuk mengurangi nyeri yang secara alamiah yaitu dengan memberikan kompres dingin pada luka, ini merupakan alternatif pilihan yang alamiah dan sederhana yang dengan cepat mengurangi rasa nyeri selain dengan memakai obat-obatan. Cara pemakaian metode kompres dingin, yaitu memberikan rasa dingin pada klien dengan menggunakan kantung es atau air es pada tubuh yang terasa nyeri atau pada bagian tubuh yang membutuhkan.

Berdasarkan hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat perubahan tingkat nyeri yang signifikan setalah melakukan kompres yang dirasakan para partisipan dengan respon ini juga dapat disimpulkan bahwa kompres dilaksanakan dan bermafaat positif bagi para pengrajin karawo. Para pertisipan sebelumnya suda ditanyai tentang kompres yang dilakukan dan para partisipan telah melakukan hal tersebut, salah satu aspek penting dalam kompres adalah timing dalam melakukan kompres sehingga didapkan hasil yang maksimal seperti tindakan terapeutik lainnya tindakan kompres es tidaka dapat menghilangkan nyeri secara maksimal hanya dapat mengguranggi dan menghilangkan secara perlahan nyeri yang dirasakan sehingga para partisipan hanya merasakan efek nyeri yang dirasakan agak reda atau jika ada nyerinya hilang sepenuhnya biasanya hal tersebut dipengaruhi oleh psikologi dari partisipan itu sendiri namun dalam penelitian keseluruhan partisipan mengalami penurunan rasa nyeri entah itu secara maksimal atau hanya reda.

3. Efek samping pelaksanaan komres es

Setelah diberikan perlakuan atau terapi komres es partisipan ditanyai tentang efek samping yang dirasakan hal ini dirasa perlu karena efek samping dari pelaksanaan terapi perlu diketahui untuk mencegah hal yang tidak di inginkan terjadi atau hal yang dilur dari harapan terapi dilakukan

a. Efek samping

Para partisipan dilakukan wawancara tentang efek lanjutan atau efek samping setelah melakukan terapi kompres es hasil wawancara tersebut menyatakan respon yang kurang lebih sama yaitu minim efek samping seperti

yang disampaikan oleh partisipan 3 *“Alhamdulillah selama saya melakukan terapi ini tidak ada efek samping yang saya rasakan”* namun hal yang cukup berbeda disampaikan partisipan 6 dan 7 terdapat efek samping yang dirasakan yaitu kemerahan setelah melakukan kompres es *“Untuk efek samping yang dirasakan dalam terapi ini tidak ada sejauh ini selama saya melakukan terapi”.*

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan. (Mauluddina, 2023) Mengingat permasalahan yang dapat timbul dari efek farmakologi maka perlu dilakukan penanganan dengan mengembangkan metode non farmakologiyang tidak memiliki efek samping, simpel dan nyaman untuk ibu seperti dengan melakukan kompres dingin. Kompres dingin dapat mengurangi aliran darah ke daerah perineum sehingga mencegah terjadinya perdarahan, mengurangi rasa nyeri dan mencegah terjadinya edema salah satu metode nonfarmakologis yang minim efek samping yaitu kompres es. Terapi non farmakologi ini dapat diberikan untuk mengurangi nyeri antara lain distraksi, biofeedback, hypnosis diri, stimulasi kutaneus, dan pemberian kompres dingin, serta message. Salah satu metode non farmakologi pilihan yang paling sederhana yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri dan ketidaknyamanan terutama ibu post partum dengan nyeri luka perineum adalah dengan menerapkan penggunaan kompres dingin.

Berdasarkan hasil wawancara pada partisipan tersebut dapat dismpulkan bahwa terapi yang dilakukan kurang lebih tidak memiliki efek samping yang berarti namun pada 2 orang responden dari keseluruhan 7 responden dalam penelitian ini terdapat efek samping terapi yang disampaikan yaitu bagian tubuh yang dilakukan kompres mendaji kemarahan. Hal ini mengambarkan bahwa dalam penelitian ini kompres es merupakan salah satu tindakan yang minim efek samping walaupun ada 2 partisipan yang mengatakan terjadi kemerahan dibagian yang di kompres hal ini terjadi karena intensitas kompres yang dialkukan secara berlebihan atau tidak dengan durasi waktu yang teratur efek ini memang tidak cukup menganggu karena akan hilang dalam beberapa saat tapi jika dibiarkan akan menyebabkan iritasi pada bagian kulit yang di kompres atau bgian kulit yang berwarna kemerahan tersebut sehingga perlu diberikan edukasi lebih lanjut tentang efek samping ini..

b. Perasaan setelah kompres

Berasarkan hasil wawancara kepada para partisipan tentang perasaan setelah melakukan kompres es para partisipan mengatakan merasa lega karena nyeri yang dirasakan reda kemudian partisipan juga merasa nyaman setelah melakukan kompres es partisipan 2 juga menjelaksan bahwa rasa seperti memikul beban berat yang dirasakan menghilang *"Setelah melakukan terapi ini nyeri yang saya rasa seperti memikul beban berat terasa hilang dan membuat saya nyaman untuk berkeja"*

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan.(Seingo et al., 2020) Kompres dingin dapat diletakan pada daerah yang terasa nyeri biasanya pada bagian pinggang, perut bagian bawah atau lipatan paha ketika ada kontraksi dengan menggunakan buli-buli dingin yang diisi dengan air dingin dengan suhu 15-18^{o}c selama 5-10 menit karena suhu air sudah turun dan harus diganti sehingga dapat dirasakan dengan cepat manfaat dari proses kompres yang dilakukan.

Dengan hasil wawancara tesebut peneliti berasumsi bahwa keseruhan responden merasakan perasaan yang positif setelah melakukan kompres es walaupun memiliki jawaban yang cukup beragam yang muncul namun mempunyai titik temu yang sama mempunyai perasaan yang positif setelah melakukan kompres es. Parasaan merupakan salah satu aspek psikogis manusia rasa nyaman dan lega yang dirasakan partisipan dikarenakan nyeri yang dirasakan sebelumnya berkurang hal ini merupakan salah satu hal yang wajar karena dengan meraskan nyeri manusia akan teganggu dan akan terfokus melakukan cara agar nyeri yang dirasakan menghilang pada saat komres es dilakukan dan nyeri yang dirasakan menghilang partisipan merasakan nyaman dan disertai perasaan yang baik atau positif.

4. Perubahan fisik setelah komres es

Para partisipan yang merupakan para pengrajin karwo merupakan pekerja fisik walaupun bukan dengan pekerjaan yang berat secara fisik namun aktifitas fisik dan fokus pengrajin sanggat diperlukan jika nyeri dirasakan hal yang pasti terganggu adalah fokus dari pengrajin itu sendiri sehingga dalam penelitian ini salah satu hal yang perlu diperhatikan adalah perubahan fisik.

a. Perubahan fisik

Para partisipan juga ditanyai tentang perubahan fisik yang terjadi setelah proses terapi kompres es dilakukan dengan hasil wawancara pada beberapa partisipan mengatakan bahwa merasa sehat atau dapat melakukan aktivitas fisik seperti biasanya contohnya yang disampaikan oleh partisipan 6 *"Saya rasakan enakan karena nyerinyakan agak menghilang jadi saya bisa melakukan aktivitas kembali"*

Penelitian ini sejalan dengan (Ridha Hidayat, 2019) salah satu menfaat dari kompres es adalah para penderita dapat melakukan aktifitas fisik seperti semula hal ini dikarenakan pada saat merasa sakit atau nyeri penderita akan terganggu focus dan akan mencoba mengalihkan rasa sakit yang dirasakan sehingga focus terhadap aktifitas lain akan coba untuk di tolerir atau dikuranggi.

Berdasarkan hal tersebut dapat diasumsikan bahwa terdapat perubahan pasca dilakukan kompres diantaranya perubahan fisik, perubahan fisik yang diamksud dalam hal ini adalah para partisipan merasa dapat melakukan ativitas seperti normal kembali hal ini terjadi karena rasa nyeri yang dirasakan oleh para pengrajin menurun dan para pengrajin tidak tergangu dengan nyeri yang dirasakan. Perubahan fisik yang dimaksud adalah bahwa para partisipan atau pengrajin sering terganggu dengan nyeri yang mereka rasakan saatv proses kompres es berhasil menurunkan nyeri para partisipan bisa melakukan atifitas seperti biasanya sahingga fisik mereka yang sebelumnya terganggu denga nyeri yang meraka rasakan dapat kemabali normal hal ini membuat para pengrajin dapat melanjutkan aktifitas pembuatan karawo.

b. Manfaat terapi kompres es

Hasil temuan berdarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan tentang manfaat dari kompres es yang pertisipan lakukan cukup beragam namun punya inti yang sama yaitu punya manfaat yang positif seperti yang disampaikan oleh partisipan 1 *"Sangat bermanfaat karena setelah melakukan terapi kompres es nyeri yang dirasakan berkurang"* dan Partisipan 5 *"Bagi saya terapi ini sangat bermanfaat menurunkan nyeri punggung tanpa harus mengonsumsi obat"* mempunyai inti jawabanyan sama namun punya latar dasar yang berbeda.

Hal ini sejalan seperti yang disampaikan.(Munafiah et al., 2022) Penelitian menunjukkan ada pengaruh kompres dingin perinium terhadap intensitas nyeri pada persalinan kala IV di Ruang Bersalin RSUD dr Gunawan Mangunkusumo

Ambarawa. Penelitian menunjukkan kompres es lebih efektif menurunkan nyeri persalinan kala IV dibandingkan kompres air dingin. Hal ini dikarenakan kompres es dapat menyebabkan transmisi nyeri tertutup sehingga cortex cerebri tidak dapat menerima sinyal karena nyeri sudah diblok dengan stimulasi dingin yang mencapai otak lebih dulu. walupun terdapat perbedaan obyek pertisipan dan bagian yang dilakukan kompres dalam penelitian yang dikemukakan namun memeliki tujuan yang sama yaitu menguranggi nyeri

Berdarkan hasil wawancara tersebut peneliti berasumsi bahwa kompres memiliki dampak yang positif bagi para pengrajin dengan dasar yang disampaikan oleh partisipan sendiri mereka merasakan dampak positif dan merasa terbantu dengan hal yang dilakukan. Damapk positif yang dimaksud adalah ada hasil yang baik setelah dilakukan kompres yaitu penurunan nyeri hal tersebut berdasar dari para partisipan yang kompres es bermanfaat bagi mereka selain dapat dilakukan secara mendiri, komres es juga dirasa murah dan tidak akan berbahaya atau efek samping yang berkepanjangan seperti jika mereka mengkonsumsi jamu ataupun obat-obatan.

c. Efektivitas pelaksanaan kompres es

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti tentang bagaimana efektivitas dari pelaksanaan terapi kompres es para partisipan menyatakan bahwa pelaksanaan dari terapi cukup efektif menguranggi nyeri yang dirasakan terutama dibagian punggung bawah yang dilakukan kompres seperti pernyataan partisipan 2 *"Terapi ini sangat membantu saya karena dapat mengatasi nyeri punggung ketika saya bekerja"*.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang diakukan. (Yusayyirotul Jannah & Oktafia, 2022) walaupaun mememiliki obyek penelitian yang berbeda namun memiliki tujuan yang sama yakni menguraggi nyeri dengan kompres es Setelah dilakukan asuhan keperawatan dengan Ny. P dengan diagnosa ketidaknyamanan postpartum, peneliti menemukan bahwa implementasi yang dilakukan peneliti menggunakan kompres es untuk mengurangi nyeri luka episiotomi. Nyeri yang dirasakan sebelum pelaksanaan pasien mengatakan nyeri berada pada skala 7 dan setelah dilakukan intervensi pasien mengatakan nyeri berkurang pada skala 3. Disini dapat disimpulkan bahwa penggunaan ice pecks dapat menurunkan nteri perineum. pada ibu post partum episiotomi.

Hal ini dapat menjadi dasar untuk peneliti menyimpulkan bahwa terapi yang dilakukan oleh para partisipan efektiv dengan dasar pernyataan dan responden positif dari para partisipan yang sebelumnya telah melakukan prose kompres pada bagian punggung bawah yang dirasa nyeri. Tentang ke efektivan darti kompres es sendiri selain dari hasil wawancara partisipan tentang efektiv atau tidaknya kompres es, kompres es sudah banyak di lakukan dalam banyak kondisi pasien yang merasakan nyeri karena hal ini dirasa efektiv contohnya pada pasien yang setelah proses persalinan atau proses episiotomy yang sudah pasti memiliki tingkat nyeri yang lebih tinggi dibandingkan nyeri yang dirasakan pengrajin sehingga secara keefektivan kompres es sudah bisa dipastikan namun hal yang bisa mempengaruhi efektiv atau tidaknya ada banyak hal cotohnya adalah intensitas pelaksanaan hingga konsistensi pelaksanaan kompres es.

4.4 Keterbatasan Penelitian

Pada penelitian ini peneliti mengalami kendala dalam proses wawancara. Pelnelliti mengalami kendala dalam kendaraan untuk melakukan wawancara dan obsrvasi di setiap rumah-rumah pengrajin kemudian waktu pertemuan dengan para pengrajn yang terhitung singakat dikarenakan kesibukan dari para pengarajin.

BAB V
PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Evaluas Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Pengrajin Kerawang Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga:

1. Para pengrajin karawo Di Desa Mongolato Kecamatan Telaga telah melakukan dan memahami Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah.
2. Nyeri yang dirasakan pada saat proses pembuatan karawo, pengrajin karawo yang berada di desa manggolato dirasakan saat duduk terlalu lama kemuadia dengan intensitas 1-2 kali dalam sehari.
3. Efek samping yang dirasakan saat melakukan kompres es para pengrajin karawo yang berada di desa manggolato rata-rata tidak merasakan efek samping namun ada beberapa pengrajin yang bagian tubunya menjadi merah setelah kompres.
4. Perubahan fisik yang dirasakan oleh para pengrajin karawo yang berada di desa manggolato setelah melakukan kompres merasa nyeri berkurang dan bisa melakukan aktifitas fisik secara normal.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan mengingat keterbatasan peneliti dalam melakukan penelitian ini maka ada beberapa saran yang perlu disampaikan peneliti sebagai berikut:

1. Bagi Masyarakat

Dari hasil penelitian ini masyarakat dapat melakukan terapi kompres es jika terjadi nyeri punggung sewaktu bekerja.

2. Bagi instansi Pendidikan

Instansi pendidikan diharapkan dapat menggunakan skripsi ini sebagai salah satu referensi dalam pembelajaranterutama pada pasien nyeri punggung sehingga mahasiswa keperawatan di Universitas Muhammadiyah Gorontalo dapat mengaplikasikan intervensi ini kepada pasien nyeri punggung saat praktek.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya menjadikan karya ini sebagai acuan atau referensi dalam penelitian mendatang dengan penelitian yang sejenis terkait terapi kompres es yang dapat menurunkan nyeri punggung.

Daftar Pustaka

Andi Prastowo. (2012). *Metode penelitian kualitatif dalam perspektif rancangan penelitian*.

Andi Prastowo. (2016). *Metode penelitian kualitatif dalam perspektif rancangan penelitian*.

Aprilia, L., Tristanti Puspitasari, S., & Ilmu Kesehatan Masyarakat, J. (n.d.). Gambaran Keluhan Low Back Pain (LBP) pada Pekerja Menjahit dengan Pengukuran Visual Analog Scale (VAS). *Universitas Negeri Malang, Jalan Semarang*, *3*(3), 2021. http://journal2.um.ac.id/index.php/jfik/indexhttp://fik.um.ac.id/

Ardiansyah, N., Rahmanto, S., & Rahmawati, Y. (2023). Penyuluhan Fisioterapi Low Back Pain pada Pekerja Industri Keripik Sanan Kota Malang. *Inovasi Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *1*(3), 253–258. https://doi.org/10.54082/ijpm.156

Ashiong, & P. Munthe. (2015). *PENTINGYA EVALUASI PROGRAM DI INSTITUSI PENDIDIKAN*.

Astuti, Y. N. (2023). Comparison Effectiveness Of Ice Pack Therapy And Cinnamin Decil On Reduce Perineal Wound Pain In Padasuka Village Working Area, Kab. Lebak The Year 2022. *International Journal Of Health Science*, *3*(1), 91–95. https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php

Baiq Kamilia Apriliani, Ajeng Dian Pertiwi, Evi Fatmi Utami, & En Purmafitriah. (2024). Evaluasi Drug Related Problems (DRPs) Pada Pasien Hipertensi di Instalasi Rawat Inap Rumah Sakit Umum Daerah Provinsi NTB. *Pharmaceutical and Traditional Medicine*, *8*(1), 36–39. https://doi.org/10.33651/ptm.v8i1.668

Dynah, F., Aszar, D., Imandiri, A., & Mustika, A. (2019). *Journal of Vocational Health Studies www.e-journal.unair.ac.id/index.php/JVHS Journal of Vocational Health Studies*. *02*, 2580–2717. https://doi.org/10.20473/jvhs

Ferreira, M. L., De Luca, K., Haile, L. M., Steinmetz, J. D., Culbreth, G. T., Cross, M., Kopec, J. A., Ferreira, P. H., Blyth, F. M., Buchbinder, R., Hartvigsen, J., Wu, A. M., Safiri, S., Woolf, A. D., Collins, G. S., Ong, K. L., Vollset, S. E., Smith, A. E., Cruz, J. A., … March, L. M. (2023). Global, regional, and national burden of low back pain, 1990–2020, its attributable risk factors, and projections to 2050: a systematic analysis of the Global Burden of Disease Study 2021. *The Lancet Rheumatology*, *5*(6), e316–e329. https://doi.org/10.1016/S2665-9913(23)00098-X

Giandari Maulani, Sisca Septiani, Nora Susilowaty, Ni Gusti Ayu Lia Rusmayani, Sukamdi, Sutrisno Sadji Evenddy, Lasri, & Holong Saor Nababan. (2023). *Evaluasi Pembelajaran*.

Hakiki, Q. S., & Kushartanti, W. (2019). PENGARUH KOMPRES ES DAN KOMPRES HANGAT TERHADAP PENYEMBUHAN CEDERA ANKLE PASCA MANIPULASI TOPURAK PADA PEMAIN FUTSAL. *MEDIKORA*, *XVII*(2), 136–144.

Harahap, P. S., Marisdayana, R., & Al Hudri, M. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan Low Back Pain (LBP) pada pekerja pengrajin batik tulis di Kecamatan Pelayangan Kota Jambi Tahun 2018. *Riset Informasi Kesehatan*, *7*(2), 147. https://doi.org/10.30644/rik.v7i2.157

Helfgott, S. (2021). *Decision Making in Medicine* (524th–25. ed.).

I Gusti Bagus Teguh Pramana, I. P. G. A. (2020). *HUBUNGAN POSISI DAN LAMA DUDUK DALAM MENGGUNAKAN LAPTOP TERHADAP KELUHAN LOW*

BACK PAIN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS UDAYANA.

Imam Surya, Sanny Nofrima, Herdin Arie Saputra, & Niken Nurmiyati. (2021). COLLABORATIVE GOVERNANCE DALAM PENGELOLAAN WISATA BERKELANJUTAN DI KABUPATEN KULON PROGO (STUDI KASUS: WISATA KEBUN TEH NGLINGGO). *Jurnal Pemerintah Dan Politik Islam*, *6*(2). https://doi.org/10.22146/kawistara.3976

Jovial Noli, F., Jufri Sumampouw, O., & Tamardy Ratag, B. (2021). USIA, MASA KERJA DAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA BURUH PABRIK TAHU. *Journal of Public Health and Community Medicine*, *2*(1).

Kusmiyati. (2022). *KONSEP DASAR EVALUASI PEMBELAJARAN*.

Lulu Yuliani. (2022). *Evaluasi Pembelajaran Masyarakat*.

M Pd Sholihan, Ni Gusti Ayu Lia Rusmayani, S ST, Patrisius Afrisno Udil, Nurul Ayyami Shalehat, M Zainul Hafizi, S Pd Yulian, & Alfonsus Mudi Aran. (2024). *Evaluasi Pembelajaran*.

Moleong, L. J. (2016). *Metodologi penelitian kualitatif*.

Muhammad Ilyas Ismail. (2020). *EVALUASI PEMBELAJARAN: Konsep Dasar, Prinsip, Teknik dan Prosedur* .

Nurlela, T. E., Merdiani, S., & Rahayu, U. (. (2023). Terapi Kompres Dingin Untuk Menurunkan Skala Nyeri Akut Pasien Frakrur. In *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan* (Vol. 7, Issue 1).

Panjaitan, Idriani, & Sulaeman. (2020). *PENGARUH KOMPRES HANGAT DAN KOMPRES DINGIN TERHADAP INTENSITAS NYERI PERSALINAN NORMAL KALA I FASE AKTIF DI RSUD KOJA JAKARTA UTARA*.

Pristianto, A., Wardani, A. A. K., Ervianta, W., & Santoso, T. B. (2021). Efektivitas Program Aquatic Exercise Terhadap Fleksibilitas Lumbal Pasien Chronic Low Back Pain. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, *2*(1), 7–14. https://doi.org/10.23917/fisiomu.v2i1.12932

Pristianto, A., Windi Aulia, N., Syofwatin Ni, F., Anggraini, A., Muttaqqin, Z., Nur Shabrina, Z., Studi Fisioterapi, P., & Ilmu Kesehatan, F. (2023). UPAYA MENGATASI PENINGKATAN RESIKO NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA CLEANING SERVICE TENAGA OUTSOURCING DI GEDUNG INDUK SITI WALIDAH. *Communnity Development Journal*, *4*(4).

Putridiani, S. A., & Suryono, Y. (2019). Pemberdayaan pengrajin tenun. *JPPM (Jurnal Pendidikan Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, *6*(2), 161–169. https://doi.org/10.21831/jppm.v6i2.24674

Rahmawati, I., Nurmalia, D., Ulliya, S., & Warsito, B. E. (2022). Metode William Fleksi pada Low Back Pain: Studi Literatur. *Jurnal Keperawatan Klinis Dan Komunitas*, *6*(1), 13. https://doi.org/10.22146/jkkk.63222

Rahmawaty, St., & Kurniawidjaja, L. M. (2022a). Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Perkantoran: A Systematic Review. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, *6*(2), 239–245. https://doi.org/10.22487/ghidza.v6i2.581

Rahmawaty, St., & Kurniawidjaja, L. M. (2022b). Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Perkantoran: A Systematic Review. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, *6*(2), 239–245. https://doi.org/10.22487/ghidza.v6i2.581

Reni Hiola, & RamaHiola. (2016). *PEMODELAN KELUHAN KELELAHAN MATA PENGRAJIN KERAWANG MENGGUNAKAN REGRESI LOGISTIK*.

Rodrigo, R., Siswantoro, A. T., & Anggoro, P. W. (2023). Perancangan gerobak sampah berbasis ergonomi untuk meminimalkan risiko low back pain dalam

memobilisasi sampah. *Jurnal Teknik Industri Dan Manajemen Rekayasa*, *1*(2), 90–101. https://doi.org/10.24002/jtimr.v1i2.7544

Seriati Situmorang, T., & Junita, L. (2022). Penerapan Terapi Kompres Dingin Guna Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Bayi Saat Imunisasi di Puskesmas Plus Perbaungan Kabupaten Serdang Bedagai. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, *1*(3).

Sri Lusiana M Laisa, & Moh Imron Rosidi. (2023). *Karawo: Simbol Identitas Budaya Gorontalo*.

Sugiyono. (2015a). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan kombinasi (metode campuran)*.

Sugiyono. (2015b). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan kombinasi (metode campuran)*.

Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R dan D*.

TASYA, E. T. and E. N. and H. H. and M. M. (2022). *Asuhan Keperawatan Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Pada Lansia Low Back Pain Di Panti Sosial Tresna Werdha Kota Bengkulu Tahun 2022*.

Umami, N. A., & Farida, E. (2022). Evaluasi Program Theurapetic Feeding Center dalam Upaya Penanganan Kasus Gizi Buruk pada Balita di Kabupaten Tegal (Studi Kasus di Wilayah Kerja Puskesmas Bumijawa, Tegal Tahun 2021). *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, *2*(1), 67–74. https://doi.org/10.15294/ijphn.v2i1.50214

Wahyuni Lestari, A. (n.d.). *Pengaruh Terapi Dingin Kompres Es Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri pada Penderita Nyeri Punggung Bawah di Desa Risa Wilayah Kerja Puskesmas Woha Tahun 2021*. https://doi.org/10.33627/gg.v3i2.556

Wahyuni Lestari, A. (2021). *Pengaruh Terapi Dingin Kompres Es Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri pada Penderita Nyeri Punggung Bawah di Desa Risa Wilayah Kerja Puskesmas Woha Tahun 2021*. https://doi.org/10.33627/gg.v3i2.556

Wahyuni, W., & Prasetyo, I. (2023). Pengaruh Neuromuscular Taping terhadap Nyeri Punggung Bawah dan Aktivitas Fungsional pada Pekerja Laundry. *Jurnal Kesehatan*. https://doi.org/10.23917/jk.v16i2.2010

Wira Pratama Rumambie. (2018). *PERANCANGAN INFORMASI KARAWO MELALUI FILM DOKUMENTER*.

Zakky Ansori, K. (2023). *Evaluasi Tindak Lanjut Program Pelatihan Web Programing di CV. Radar Teknologi Komputer* (Vol. 2, Issue 2).

Ridha Hidayat, H. H. (2019). Pengaruh Pelaksanaan Sop Perawat Pelaksana Terhadap Tingkat Kecemasan Pasien Di Rawat Inap Rsud Bangkinang. *Jurnal Ners*, *3*(Vol. 3 No. 2, 2019), 84–96.

lampiran. 1

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI INFORMAN

Judul Penelitian :EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA

Peneliti :Tiara Malanua

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan oleh peneliti tentang penelitian yang akan dilaksanakan sesuai judul di atas, saya menyatakan bersedia menjadi informan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan judul **EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA** Saya juga memahami bahwa informasi mengenai penelitian ini akan dijaga kerahasiaanya, dan berkas yang mencantumkan identitas hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data dan bila sudah tidak digunakan lagi akan dimusnahkan dan kerahasiaan data tersebut hanya diketahui peneliti. Saya juga memahami bahwa penelitian ini tidak berakibat negatif terhadap diri saya

Selanjutnya saya secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan menyatakan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Gorontalo, 2024

Informan Peneliti

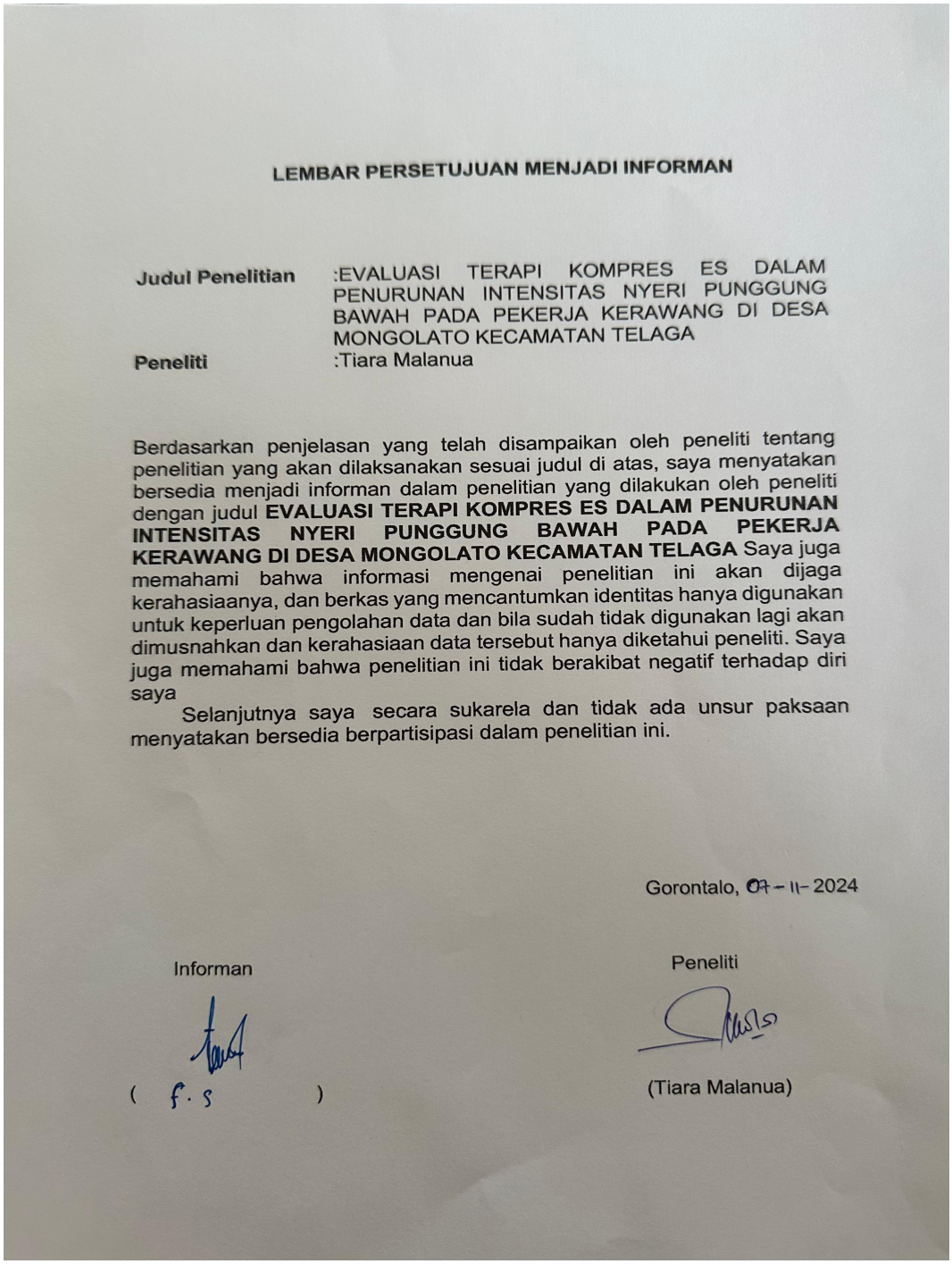
( ) (Tiara Malanua)

lampiran. 2

LEMBAR WAWANCARA

1. Bisakah anda menceritakan apa yang menjadi penyebab utama nyeri punggung yang Anda rasakan?
2. Bagaimanakah intensitas dan frekuensi nyeri tersebut dalam keseharian Anda?
3. Bisakah anda menceritakan pemahaman anda mengenai terapi kompres es?
4. Bagaimana menurut anda manfaat terapi kompres es dalam mengurangi nyeri punggung?
5. Seberapa sering Anda menggunakan terapi kompres es? Dan berapa lama biasanya setiap sesi terapi dilakukan?
6. Bagaimana perasaan anda setelah di lakukan terapi kompres es untuk meredakan nyeri punggung bawah ?
7. Bisakah anda jelaskan perubahan pada tingkat nyeri setelah menjalani terapi kompres es ini?
8. Bagaimana pendapat Anda mengenai efektivitas terapi kompres es dalam meredakan nyeri punggung bawah yang Anda alami?
9. Jika Anda merasakan efek samping, bisa jelaskan apa saja efek samping tersebut?
10. Bagaimana Anda merasakan perubahan dalam kemampuan fisik Anda setelah terapi? Apakah Anda merasa lebih mudah untuk bergerak atau melakukan aktivitas sehari-hari?

lampiran. 3



LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI INFORMAN

Judul Penelitian :EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA

Peneliti :Tiara Malanua

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan oleh peneliti tentang penelitian yang akan dilaksanakan sesuai judul di atas, saya menyatakan bersedia menjadi informan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan judul **EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA** Saya juga memahami bahwa informasi mengenai penelitian ini akan dijaga kerahasiaanya, dan berkas yang mencantumkan identitas hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data dan bila sudah tidak digunakan lagi akan dimusnahkan dan kerahasiaan data tersebut hanya diketahui peneliti. Saya juga memahami bahwa penelitian ini tidak berakibat negatif terhadap diri saya

Selanjutnya saya secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan menyatakan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Gorontalo, 07 - 11- 2024

Informan

(F.S)

Peneliti

(Tiara Malanua)

LEMBAR WAWANCARA (01)

1. Bisakah anda menceritakan apa yang menajdi penyebab utama nyeri punggung yang anda rasakan?

Jawab: Karena terlalu lama duduk waktu saya berkeja sehingga punggung terasa nyeri

2. Bagaimanakah intensitas dan frekuensi nyeri tersebut dalam keseharian Anda?

Jawab: nyeri itu terasa sekali sehari kalau saya duduk terlalu lama

3. Bisakah anda menceritakan pemahaman anda mengenai terapi kompres es?

Jawab: Kalau pemahaman saya tentang Kompres air Es itu dia dapat meredakan nyeri pada bagian yang di kompres, karena dengan melakaukan kompres air Es dapat membuat otot tidak tegang

4. Bagaimana menurut anda manfaat terapi kompres es dalam mengurangi nyeri punggung?

Jawab: sangat bermanfaat karena setelah melakukan terapi kompres es nyeri yang dirasakan berkurang

5. Seberapa sering Anda menggunakan terapi kompres es? Dan berapa lama biasanya setiap sesi terapi dilakukan?

Jawab: terapi dilakukan ketika nyeri terasa dan saya melakukan terapi ini selama 10 menit sampai rasa nyeri berkurang

6. Bagaimana perasaan anda setelah di lakukan terapi kompres es untuk meredakan nyeri punggung bawah ?

Jawab: terasa lega karena rasa nyeri pada bagian punggung berkurang

7. Bisakah anda jelaskan perubahan pada tingkat nyeri setelah menjalani terapi kompres es ini?

Jawab: setelah melakukan terapi ini nyeri berkurang yang tadinya nyeri sedang berkurang menjadi agak nyeri ringan

8. Bagaimana pendapat Anda mengenai efektivitas terapi kompres es dalam meredakan nyeri punggung bawah yang Anda alami?

Jawab: dengan terapi ini alhamdulillah nyeri yang saya rasakan bisa teratasi tanpa mengonsumsi obat

9. Jika Anda merasakan efek samping, bisa jelaskan apa saja efek samping tersebut?

Jawab: alhamdulillah selama saya melakukan terapi ini tidak ada efek samping yang saya rasakan

10. Bagaimana Anda merasakan perubahan dalam kemampuan fisik Anda setelah terapi? Apakah Anda merasa lebih mudah untuk bergerak atau melakukan aktivitas sehari-hari?

Jawab: dengan terapi ini saya merasa lega karena tidak lagi merasakan nyeri punggung dan bisa kembali berkerja

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI INFORMAN

Judul Penelitian :EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA

Peneliti :Tiara Malanua

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan oleh peneliti tentang penelitian yang akan dilaksanakan sesuai judul di atas, saya menyatakan bersedia menjadi informan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan judul **EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA** Saya juga memahami bahwa informasi mengenai penelitian ini akan dijaga kerahasiaanya, dan berkas yang mencantumkan identitas hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data dan bila sudah tidak digunakan lagi akan dimusnahkan dan kerahasiaan data tersebut hanya diketahui peneliti. Saya juga memahami bahwa penelitian ini tidak berakibat negatif terhadap diri saya

Selanjutnya saya secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan menyatakan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Gorontalo, 13 - 11 - 2024

Informan

(H.A)

Peneliti

(Tiara Malanua)

LEMBAR WAWANCARA (02)

1. Bisakah anda menceritakan apa yang menjadi penyebab utama nyeri punggung yang Anda rasakan?

Jawab: biasanya nyeri timbul karena kebiasaan saya yang sering duduk terlalu lama ketika bekrja

2. Bagaimanakah intensitas dan frekuensi nyeri tersebut dalam keseharian Anda?

Jawab: nyeri seperti memikul beban terjadi sekali sehari kalau saya duduk terlalu lama

3. Bisakah anda menceritakan pemahaman anda mengenai terapi kompres es?

Jawab: Kompres air Es dapat menguranggi nyeri karena aktifitas duduk teralalu lama dan membuat otot tegang

4. Bagaimana menurut anda manfaat terapi kompres es dalam mengurangi nyeri punggung?

Jawab: terapi ini sangat membantu saya dalam berkerja karena ketika nyeri itu timbul saya tinggal melakukan terapi kompres es

5. Seberapa sering Anda menggunakan terapi kompres es? Dan berapa lama biasanya setiap sesi terapi dilakukan?

Jawab: ketika saya merasa nyeri saya langsung melakukan terapi kompres es ayng saya lakukan selama 5-10 menit

6. Bagaimana perasaan anda setelah di lakukan terapi kompres es untuk meredakan nyeri punggung bawah ?

Jawab: setelah melakukan terapi ini nyeri yang saya rasa seperti memikul beban berat terasa hilang dan membuat saya nyaman untuk berkeja

7. Bisakah anda jelaskan perubahan pada tingkat nyeri setelah menjalani terapi kompres es ini?

Jawab: nyeri yang rasa rasakan berkurang menjadi lebih ringan

8. Bagaimana pendapat Anda mengenai efektivitas terapi kompres es dalam meredakan nyeri punggung bawah yang Anda alami?

Jawab: terapi ini sangat membantu saya karena dapat mengatasi nyeri punggung ketika saya bekerja

9. Jika Anda merasakan efek samping, bisa jelaskan apa saja efek samping tersebut?

Jawab: selama saya melakukan terapi ini kulit yang terkena kompres es menjadi sedikit kemrahan

10. Bagaimana Anda merasakan perubahan dalam kemampuan fisik Anda setelah terapi? Apakah Anda merasa lebih mudah untuk bergerak atau melakukan aktivitas sehari-hari?

Jawab: saya merasa lebih nyaman untuk berkeja kembali karena nyeri telah berkurang.

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI INFORMAN

Judul Penelitian :EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA

Peneliti :Tiara Malanua

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan oleh peneliti tentang penelitian yang akan dilaksanakan sesuai judul di atas, saya menyatakan bersedia menjadi informan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan judul **EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA** Saya juga memahami bahwa informasi mengenai penelitian ini akan dijaga kerahasiaanya, dan berkas yang mencantumkan identitas hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data dan bila sudah tidak digunakan lagi akan dimusnahkan dan kerahasiaan data tersebut hanya diketahui peneliti. Saya juga memahami bahwa penelitian ini tidak berakibat negatif terhadap diri saya

Selanjutnya saya secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan menyatakan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Gorontalo, 18 - 11 2024

Informan

(S.A)

Peneliti

(Tiara Malanua)

LEMBAR WAWANCARA (03)

1. Bisakah anda menceritakan apa yang menjadi penyebab utama nyeri punggung yang Anda rasakan?

Jawab: Nyeri itu dirasakan kalau saya duduk terlalu lama

2. Bagaimanakah intensitas dan frekuensi nyeri tersebut dalam keseharian Anda?

Jawab: Nyeri itu biasanya kalau saya sudah lama duduk diam

3. Bisakah anda menceritakan pemahaman anda mengenai terapi kompres es?

Jawab: Yang saya tau tentang kompres Air Es itu dapat menguranggi nyeri untuk bagian yang sakit karena otot tegang dan termasuk untuk saya yang sering duduk dalam waktu yang lama

4. Bagaimana menurut anda manfaat terapi kompres es dalam mengurangi nyeri punggung?

Jawab: terapi ini sangat bermanfaat bagi saya karena dapat menurunkan rasa nyeri punggung

5. Seberapa sering Anda menggunakan terapi kompres es? Dan berapa lama biasanya setiap sesi terapi dilakukan?

Jawab: saya biasa melakukan terapi ini satu kali sehari ketika saya selesai bekrja dan biasanya saya melakukan nya selama 8-10 menit.

6. Bagaimana perasaan anda setelah di lakukan terapi kompres es untuk meredakan nyeri punggung bawah?

Jawab: saya merasa lebih nyaman karena nyeri punggung saya berkurang

7. Bisakah anda jelaskan perubahan pada tingkat nyeri setelah menjalani terapi kompres es ini?

Jawab: setelah melakukan terapi ini nyeri yang saya rasakan menurun

8. Bagaimana pendapat Anda mengenai efektivitas terapi kompres es dalam meredakan nyeri punggung bawah yang Anda alami?

Jawab: menurut saya terapi ini sangat bagus untuk saya karena kebiasaan saya yang sering duduk terlalu lama

9. Jika Anda merasakan efek samping, bisa jelaskan apa saja efek samping tersebut?

Jawab: alhamdulillah selama saya melakukan terapi ini tidak ada efek samping yang saya rasakan

10. Bagaimana Anda merasakan perubahan dalam kemampuan fisik Anda setelah terapi? Apakah Anda merasa lebih mudah untuk bergerak atau melakukan aktivitas sehari-hari?

Jawab: saya sudah tidak lagi merasakn nyeri punggung karena melakukan terapi ini

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI INFORMAN

Judul Penelitian :EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA

Peneliti :Tiara Malanua

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan oleh peneliti tentang penelitian yang akan dilaksanakan sesuai judul di atas, saya menyatakan bersedia menjadi informan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan judul **EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA** Saya juga memahami bahwa informasi mengenai penelitian ini akan dijaga kerahasiaanya, dan berkas yang mencantumkan identitas hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data dan bila sudah tidak digunakan lagi akan dimusnahkan dan kerahasiaan data tersebut hanya diketahui peneliti. Saya juga memahami bahwa penelitian ini tidak berakibat negatif terhadap diri saya

Selanjutnya saya secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan menyatakan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Gorontalo, 23 - 11 -2024

Informan

(A.S)

Peneliti

(Tiara Malanua)

LEMBAR WAWANCARA (04)

1. Bisakah anda menceritakan apa yang menjadi penyebab utama nyeri punggung yang Anda rasakan?

Jawab: Nyeri kalau saya duduk terlalu lama atau diam terlalu lama

2. Bagaimanakah intensitas dan frekuensi nyeri tersebut dalam keseharian Anda?

Jawab: Nyerinya itu muncul dan terasa kalau saya duduk diam atau tidak banyak bergerak dan dirasakan 1x sehari

3. Bisakah anda menceritakan pemahaman anda mengenai terapi kompres es?

Jawab: Kompres Air Es itu dapat meringankan sakit punggung karena duduk terlalu lama

4. Bagaimana menurut anda manfaat terapi kompres es dalam mengurangi nyeri punggung?

Jawab: terapi ini sangat bermanfaat bagi saya sebagai pekerja kerawang karena saya sering merasa nyeri pada punggung

5. Seberapa sering Anda menggunakan terapi kompres es? Dan berapa lama biasanya setiap sesi terapi dilakukan?

Jawab: saya melakukan terapi ini 1x sehari selama 10 menit

6. Bagaimana perasaan anda setelah di lakukan terapi kompres es untuk meredakan nyeri punggung bawah ?

Jawab: saya merasa lega karena nyeri yang saya rasakan berkurang

7. Bisakah anda jelaskan perubahan pada tingkat nyeri setelah menjalani terapi kompres es ini?

Jawab: nyeri yang saya rasa setelah melakukan terapi nyerinya agak reda

8. Bagaimana pendapat Anda mengenai efektivitas terapi kompres es dalam meredakan nyeri punggung bawah yang Anda alami?

Jawab: terapi ini sangat efektif untuk saya karena membantu saya mengatasi nyeri pada punggung saya

9. Jika Anda merasakan efek samping, bisa jelaskan apa saja efek samping tersebut?

Jawab: saya tidak merasakn efek samping dari terapi ini

10. Bagaimana Anda merasakan perubahan dalam kemampuan fisik Anda setelah terapi? Apakah Anda merasa lebih mudah untuk bergerak atau melakukan aktivitas sehari-hari?

Jawab: saya merasa sehat karena biasanya saya sering merasa nyeri dan itu menganggu bagi saya

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI INFORMAN

Judul Penelitian :EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA

Peneliti :Tiara Malanua

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan oleh peneliti tentang penelitian yang akan dilaksanakan sesuai judul di atas, saya menyatakan bersedia menjadi informan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan judul **EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA** Saya juga memahami bahwa informasi mengenai penelitian ini akan dijaga kerahasiaanya, dan berkas yang mencantumkan identitas hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data dan bila sudah tidak digunakan lagi akan dimusnahkan dan kerahasiaan data tersebut hanya diketahui peneliti. Saya juga memahami bahwa penelitian ini tidak berakibat negatif terhadap diri saya

Selanjutnya saya secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan menyatakan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Gorontalo, 27 - 4 - 2024

Informan

(N.c)

Peneliti

(Tiara Malanua)

LEMBAR WAWANCARA (05)

1. Bisakah anda menceritakan apa yang menjadi penyebab utama nyeri punggung yang Anda rasakan?

Jawab: Sakit itu kalau saya duduk terlalu lama

2. Bagaimanakah intensitas dan frekuensi nyeri tersebut dalam keseharian Anda?

Jawab: Sakit itu saya setiap duduk terlalu lama kurang lebih 1x sehari

3. Bisakah anda menceritakan pemahaman anda mengenai terapi kompres es?

Jawab: Kompres Air Es dapat meredakan nyeri karena membuat otot tidak tegang kalau otot tegang itu biasanya karna duduk terlalu lama

4. Bagaimana menurut anda manfaat terapi kompres es dalam mengurangi nyeri punggung?

Jawab: bagi saya terapi ini sangat bermanfaat menurunkan nyeri punggung tanpa harus mengonsumsi obat

5. Seberapa sering Anda menggunakan terapi kompres es? Dan berapa lama biasanya setiap sesi terapi dilakukan?

Jawab: ketika rasa nyeri muncul saya akan melakukan terapi ini selama 5-10 menit

6. Bagaimana perasaan anda setelah di lakukan terapi kompres es untuk meredakan nyeri punggung bawah ?

Jawab: saya merasa nyaman karena kram pada punggung saya menurun

7. Bisakah anda jelaskan perubahan pada tingkat nyeri setelah menjalani terapi kompres es ini?

Jawab: nyeri yang saya rasakan setelah melakukan terapi agak berkurang

8. Bagaimana pendapat Anda mengenai efektivitas terapi kompres es dalam meredakan nyeri punggung bawah yang Anda alami?

Jawab: terapi ini sangat bermanfaat karena efektif untuk menurunkan nyeri di punggung saya

9. Jika Anda merasakan efek samping, bisa jelaskan apa saja efek samping tersebut?

Jawab: selama saya melakukan terapi ini tidak ada efek samping yang dirasakan

10. Bagaimana Anda merasakan perubahan dalam kemampuan fisik Anda setelah terapi? Apakah Anda merasa lebih mudah untuk bergerak atau melakukan aktivitas sehari-hari?

Jawab: saya menjadi nyaman dan merasa sehat karena nyeri punggung menurun dan bisa melakukan kembali pekerjaan saya

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI INFORMAN

Judul Penelitian :EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA

Peneliti :Tiara Malanua

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan oleh peneliti tentang penelitian yang akan dilaksanakan sesuai judul di atas, saya menyatakan bersedia menjadi informan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan judul **EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA** Saya juga memahami bahwa informasi mengenai penelitian ini akan dijaga kerahasiaanya, dan berkas yang mencantumkan identitas hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data dan bila sudah tidak digunakan lagi akan dimusnahkan dan kerahasiaan data tersebut hanya diketahui peneliti. Saya juga memahami bahwa penelitian ini tidak berakibat negatif terhadap diri saya

Selanjutnya saya secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan menyatakan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Gorontalo, 02 - 01-2025

Informan	Peneliti
(R. A)	(Tiara Malanua)

LEMBAR WAWANCARA (06)

1. Bisakah anda menceritakan apa yang menjadi penyebab utama nyeri punggung yang Anda rasakan?
   Jawab: Nyeri kalau saya tidak bergerak atau tidak bergerak lama
2. Bagaimanakah intensitas dan frekuensi nyeri tersebut dalam keseharian Anda?
   Jawab: Kalau munculnya itu kadang Cuma 1x kadang juga sampai 2x dalam sehari
3. Bisakah anda menceritakan pemahaman anda mengenai terapi kompres es?
   Jawab: Yang saya tau kompres es itu dilakukan dibagian yang sakit karna otot itu kerema karna lama tidak bergerak
4. Bagaimana menurut anda manfaat terapi kompres es dalam mengurangi nyeri punggung? Jawab: Bermanfaat bagi saya yang sering sakit punggung karena ada cara untuk meringankan sakitnya
5. Seberapa sering Anda menggunakan terapi kompres es? Dan berapa lama biasanya setiap sesi terapi dilakukan?
   Jawab: Kalau nyerinya mucul saya melakukan kompres untuk waktunya itu saya tidak menentu sampai dengan nyerinya itu reda
6. Bagaimana perasaan anda setelah di lakukan terapi kompres es untuk meredakan nyeri punggung bawah ?
   Jawab: Saya rasa agak reda sehingga rasa merasa agak lega
7. Bisakah anda jelaskan perubahan pada tingkat nyeri setelah menjalani terapi kompres es ini?
   Jawab: Nyeri yang dirasakan itu agak reda atau agak ringan
8. Bagaimana pendapat Anda mengenai efektivitas terapi kompres es dalam meredakan nyeri punggung bawah yang Anda alami?
   Jawab: Saya rasa terapi ini sanggat bermanfaat dan efektif untuk meredakan nyeri di punggung bawah
9. Jika Anda merasakan efek samping, bisa jelaskan apa saja efek samping tersebut?
   Jawab: Untuk efek samping yang dirasakan dalam terapi ini tidak ada sejauh ini selama saya melakukan terapi

10. Bagaimana Anda merasakan perubahan dalam kemampuan fisik Anda setelah terapi? Apakah Anda merasa lebih mudah untuk bergerak atau melakukan aktivitas sehari-hari?

    Jawab: Saya rasakan enakan karena nyerinyakan agak menghilang jadi saya bisa melakukan aktivitas kembali

LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI INFORMAN

Judul Penelitian :EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA

Peneliti :Tiara Malanua

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan oleh peneliti tentang penelitian yang akan dilaksanakan sesuai judul di atas, saya menyatakan bersedia menjadi informan dalam penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan judul **EVALUASI TERAPI KOMPRES ES DALAM PENURUNAN INTENSITAS NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PEKERJA KERAWANG DI DESA MONGOLATO KECAMATAN TELAGA** Saya juga memahami bahwa informasi mengenai penelitian ini akan dijaga kerahasiaanya, dan berkas yang mencantumkan identitas hanya digunakan untuk keperluan pengolahan data dan bila sudah tidak digunakan lagi akan dimusnahkan dan kerahasiaan data tersebut hanya diketahui peneliti. Saya juga memahami bahwa penelitian ini tidak berakibat negatif terhadap diri saya

Selanjutnya saya secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan menyatakan bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini.

Gorontalo, 5 - 01 - 2025

Informan	Peneliti
(I.D)	(Tiara Malanua)

LEMBAR WAWANCARA (07)

1. Bisakah anda menceritakan apa yang menjadi penyebab utama nyeri punggung yang Anda rasakan?
   Jawab: Nyerinya itu kalau saya dalam posisi duduk yang lama
2. Bagaimanakah intensitas dan frekuensi nyeri tersebut dalam keseharian Anda?
   Jawab: Untuk munculnya itu 1x setiap hari kalau saya tidak merubah posisi atau bergerak
3. Bisakah anda menceritakan pemahaman anda mengenai terapi kompres es?
   Jawab: Kalau yang saya pahami itu kompres es dikompres dibagian yang sakit supaya otot tidak tegang
4. Bagaimana menurut anda manfaat terapi kompres es dalam mengurangi nyeri punggung? Jawab: Kalau manfaatnya untuk saya alhamdulillah nyeri yang saya rasakan dapat berkurang
5. Seberapa sering Anda menggunakan terapi kompres es? Dan berapa lama biasanya setiap sesi terapi dilakukan?
   Jawab: Untuk kompresnya itu kurang lebih 10 menitan yang penting nyerinya suda reda
6. Bagaimana perasaan anda setelah di lakukan terapi kompres es untuk meredakan nyeri punggung bawah ?
   Jawab: Saya merasa nyaman setalah melakukan kompres es karna nyerinyakan agak reda
7. Bisakah anda jelaskan perubahan pada tingkat nyeri setelah menjalani terapi kompres es ini?
   Jawab: Nyerinya agak berkurang dan agak reda sudah tidak terlalu mengganggu
8. Bagaimana pendapat Anda mengenai efektivitas terapi kompres es dalam meredakan nyeri punggung bawah yang Anda alami?
   Jawab: Terapi ini sanggat membantu dan efektif untuk menggurangi nyeri yang dirasakan oleh saya
9. Jika Anda merasakan efek samping, bisa jelaskan apa saja efek samping tersebut?
   Jawab: Kalau efeknya mungkin bagian yang di kompres itu agak kemerahan

10. Bagaimana Anda merasakan perubahan dalam kemampuan fisik Anda setelah terapi? Apakah Anda merasa lebih mudah untuk bergerak atau melakukan aktivitas sehari-hari?

Jawab: Saya merasa bisa melakukan aktivitas kembali karena nyeri yang saya rasakan sudah reda

lampiran. 4



PEMERINTAH KABUPATEN GORONTALO
KECAMATAN TELAGA
DESA MONGOLATO
JLN. MOHAMAD A. WAHAB NO. 28

SURAT KETERANGAN
Nomor : 140/M/891/XII/2024

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	:	**YASIR HASANIA,SH**
Jabatan	:	Kepala Desa

Menerangkan dengan benar bahwa :

Nama	:	**TIARA MALANUA**
N I M	:	C014201150
Program Studi	:	S1 KEPERAWATAN
		UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GORONTALO

Bahwa yang bersangkutan benar-benar telah melaksanakan dan menyelesaikan penelitian di Desa Mongolato Kecamatan Telaga Kabupaten Gorontalo, Terhitung Sejak Tanggal 04 November sampai 04 Desember Tahun 2024 dengan Judul ***" Evaluasi Terapi Kompres Es Dalam Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Kerawang di Desa Mongolato Kecamatan Telaga "***.

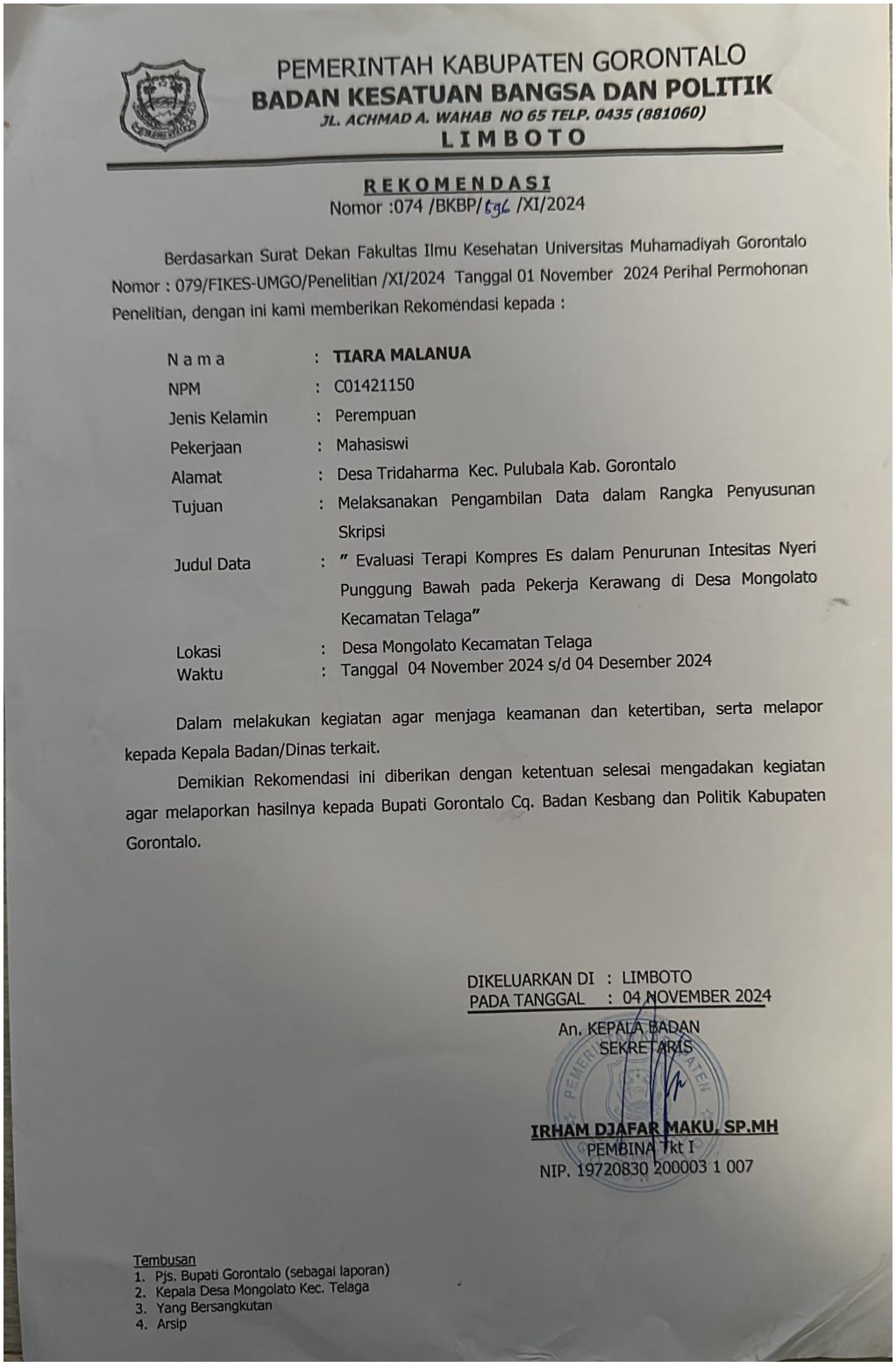
Demikian Surat Keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan seperlunya.

Mongolato, 05 Desember 2024
Kepala Desa

KEPALA DESA MONGOLATO

YASIR HASANIA,SH

lampiran. 5



PEMERINTAH KABUPATEN GORONTALO
BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK
JL. ACHMAD A. WAHAB NO 65 TELP. 0435 (881060)
LIMBOTO

REKOMENDASI
Nomor :074 /BKBP/tgl /XI/2024

Berdasarkan Surat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhamadiyah Gorontalo Nomor : 079/FIKES-UMGO/Penelitian /XI/2024 Tanggal 01 November 2024 Perihal Permohonan Penelitian, dengan ini kami memberikan Rekomendasi kepada :

N a m a	:	**TIARA MALANUA**
NPM	:	C01421150
Jenis Kelamin	:	Perempuan
Pekerjaan	:	Mahasiswi
Alamat	:	Desa Tridaharma Kec. Pulubala Kab. Gorontalo
Tujuan	:	Melaksanakan Pengambilan Data dalam Rangka Penyusunan Skripsi
Judul Data	:	" Evaluasi Terapi Kompres Es dalam Penurunan Intesitas Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Kerawang di Desa Mongolato Kecamatan Telaga"
Lokasi	:	Desa Mongolato Kecamatan Telaga
Waktu	:	Tanggal 04 November 2024 s/d 04 Desember 2024

Dalam melakukan kegiatan agar menjaga keamanan dan ketertiban, serta melapor kepada Kepala Badan/Dinas terkait.

Demikian Rekomendasi ini diberikan dengan ketentuan selesai mengadakan kegiatan agar melaporkan hasilnya kepada Bupati Gorontalo Cq. Badan Kesbang dan Politik Kabupaten Gorontalo.

DIKELUARKAN DI : LIMBOTO
PADA TANGGAL : 04 NOVEMBER 2024

An. KEPALA BADAN
SEKRETARIS

IRHAM DJAFAR MAKU, SP.MH
PEMBINA Tkt I
NIP. 19720830 200003 1 007

Tembusan
1. Pjs. Bupati Gorontalo (sebagai laporan)
2. Kepala Desa Mongolato Kec. Telaga
3. Yang Bersangkutan
4. Arsip

lampiran. 6

Dokumentasi













