

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nyeri Punggung Bawah atau *Low Back Pain (LBP)* merupakan kondisi yang ditandai oleh rasa nyeri atau ketidaknyamanan pada daerah lumbal, khususnya di sekitar vertebra lumbal kelima hingga sakrum. (Wahab et al., 2022). *Low Back Pain (LBP)* atau nyeri punggung bawah merupakan kondisi yang ditandai dengan munculnya rasa nyeri pada daerah antara bagian inferior tulang rusuk dan panggul. Berdasarkan durasi keluhannya, LBP dapat diklasifikasikan menjadi nyeri akut, subakut, dan kronis (Casazza et al., 2021). Meskipun terapi farmakologis umum digunakan dalam penanganan nyeri, terapi nonfarmakologis seperti kompres air hangat terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri tanpa menimbulkan efek samping sistemik (Labagow et al., 2022). Penggunaan *Warm Water Zag (WWZ)* sebagai kompres hangat juga menunjukkan efektivitas dalam mengurangi nyeri pada pasien dengan *Low Back Pain (LBP)* (Rizki, 2020). Kompres hangat merupakan salah satu pilihan terapi nonfarmakologis yang dapat dimanfaatkan untuk membantu meredakan nyeri punggung bawah pada lansia, sebelum dilakukan terapi kompres hangat dalam skala nyeri sedang setelah dilakukan terapi kompres hangat skala nyeri menurun menjadi nyeri ringan (Priastana & Dwijayanto, 2019).

Menurut World Health Organization (WHO), angka kejadian nyeri punggung bawah di negara-negara industri mencapai 60–70%. Pada kelompok anak dan remaja, prevalensi kondisi ini memang lebih rendah dibandingkan

orang dewasa, namun menunjukkan tren peningkatan dari waktu ke waktu (Pandjukung et al., 2020). Di Indonesia, prevalensi penyakit sendi berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan mencapai 11,9%, sementara berdasarkan diagnosis maupun gejala mencapai 24,7%. Angka kejadian tertinggi dicatat di Nusa Tenggara Timur sebesar 33,1%, disusul Jawa Barat 32,1%, dan Bali 30%. Selain itu, prevalensi nyeri punggung bawah (LBP) di Indonesia adalah 18% dan cenderung meningkat seiring pertambahan usia, dengan kasus paling banyak muncul pada usia akhir remaja hingga awal usia empat puluhan (Pandjukung et al., 2020). Jumlah penderita nyeri pinggang di Indonesia diperkirakan berkisar antara 7,6% hingga 37%. Sementara itu Menurut (Riskesdas, 2024) tingkat keluhan nyeri pinggang tertinggi berada di wilayah Jawa, khususnya di Jawa Timur, dengan prevalensi yang diperkirakan mencapai 58,33% (Setyorini et al., 2024). Data rekam medik di UPTD PSTW Magetan tahun 2026 bulan Januari, mencatat sekitar 30 lansia yang tercatat mengalami nyeri punggung bawah / *low back pain* dari total 145 lansia di UPTD PSTW Magetan. Menurut penelitian (Halawa et al., 2022) Skala nyeri pada responden dengan *low back pain* sebelum diberikan kompres hangat menunjukkan bahwa sebagian besar mengalami nyeri berat, yaitu sebanyak 8 orang (80%). Setelah intervensi kompres hangat dilakukan, sebagian besar responden mengalami penurunan tingkat nyeri menjadi nyeri sedang, yaitu pada 4 orang (40%). Oleh karena itu perlu pembuktian implementasi Kompres panas tingkat rendah / Kompres Hangat dengan Warm Water Zak (WWZ) khususnya di UPTD PSTW Magetan untuk mendukung kebijakan

implementasi intervensi non- farmakologis yang efektif, sederhana , berbiaya rendah dan dapat dilakukan oleh perawat.

Dalam lima tahun terakhir, perhatian terhadap pendekatan non – farmakologis seperti kompres panas tingkat rendah / kompres hangat dalam manajemen nyeri low back pain semakin meningkat. Penelitian (Mayer et al., 2020) dalam jurnal internasionalnya yang berjudul “ *Treating acute low back pain with continuous low-level heat wrap therapy and/or exercise: a randomized controlled trial*”. Menunjukkan bahwa pemberian kompres panas tingkat rendah selama 7 hari berturut turut dengan lama intervensi kompres hangat tingkat rendah selama 30 Menit /hari dengan suhu panas yang diberikan Suhu stabil 40°C. Penurunan skala yang signifikan setelah dilakukan kompres panas tingkat rendah dari skala awal 4 yang artinya skala nyeri berat setelah dilakukan intervensi kompres hangat tingkat rendah dengan wwz selama 7 hari berturut turut 30 Menit /hari, skala nyeri menurun di skala 1 yang artinya di skala nyeri ringan.

Dalam jurnal internasional penelitian yang lain (Freiwald et al., 2021) dalam penelitiannya yang berjudul “ *A Role for Superficial Heat Therapy in the Management of Non-Specific, Mild-to-Moderate Low Back Pain in Current Clinical Practice* “. Dalam penelitian tersebut menjelaskan bahwa skala nyeri akan turun setelah diberikan intervensi kompres hangat selama 2 hari secara berturut turut dengan waktu pemberian 5 jam/hari. Dalam jurnal penelitian yang dilakukan oleh (Priastana & Dwijayanto, 2019) hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan terapi kompres hangat, sebagian besar nelayan mengalami nyeri punggung bawah dengan tingkat

nyeri sedang. Setelah mendapatkan terapi kompres hangat, intensitas nyeri menurun sehingga mayoritas responden merasakan nyeri dalam kategori ringan. Temuan ini menunjukkan bahwa pemberian kompres hangat berpengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri punggung bawah pada nelayan. . Penelitian oleh Xiao *et al.* (2021) di jurnal *Evidence-Based Complementary and Alternative Medicine* juga menggaris bawahi bahwa kompres hangat dapat memodulasi sinyal nyeri melalui mekanisme inhibisi sentral dan perifer, serta meningkatkan aliran darah lokal yang mempercepat metabolisme sisa inflamasi.

Upaya untuk menanggulangi masalah tersebut, yaitu dengan pengembangan penerapan *Warm Water Zak* WWZ yang dilandasi bukti ilmiah, pelatihan untuk perawat, dan evaluasi berkelanjutan yang dilakukan selama 7 hari secara berturut turut dengan lama pemberian intervensi selama 30 menit. Pendekatan ini meliputi (1) penggunaan botol kompres berisi air hangat (40–50 °C) selama 15–20 menit; (2) pendidikan pasien dan keluarga; (3) integrasi WWZ ke dalam rekam medis keperawatan; serta (4) monitoring intensitas nyeri menggunakan metode pengukuran dengan skala. Diharapkan WWZ dapat menjadi intervensi keperawatan berbasis bukti yang praktis, dapat direplikasi secara luas, serta meningkatkan kompetensi perawat dan sebagai implementasi intervensi non- farmakologis yang efektif, sederhana , berbiaya rendah

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan studi kasus dengan judul “ Penerapan Kompres Hangat terhadap Masalah

Keperawatan Nyeri Akut Pada Lansia Dengan *Low Back Pain* di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Bagaimana penerapan Kompres Hangat pada pasien *low back pain (LBP)* dengan masalah keperawatan nyeri akut di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan ?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui penerapan *warm water zak (WWZ)* Pada pasien dengan *Low back pain (LBP)* dengan masalah keperawatan nyeri akut di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian keperawatan pada pasien *low back pain (LBP)* dengan masalah keperawatan nyeri akut di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.
2. Merumuskan diagnosis keperawatan pada pasien *low back pain (LBP)* dengan masalah keperawatan nyeri akut di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.
3. Melakukan perencanaan keperawatan pada pasien *low back pain (LBP)* dengan masalah keperawatan nyeri akut di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.

4. Melakukan implementasi keperawatan pada pasien *low back pain (LBP)* dengan masalah keperawatan nyeri akut di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.
5. Melakukan evaluasi keperawatan pada pasien *low back pain (LBP)* dengan masalah keperawatan nyeri akut di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan penerapan dalam bidang keperawatan bagi akademik maupun praktik.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait pentingnya penerapan *warm water zak (WWZ)* pada pasien *low back pain (LBP)* dengan masalah keperawatan nyeri akut.

2. Bagi Petugas Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan materi bagi petugas dalam menerapkan *warm water zak (WWZ)* pada pasien *low back pain (LBP)* dengan masalah keperawatan nyeri akut.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan referensi bacaan dan pengembangan ilmu mengenai penerapan *warm water zak (WWZ)*

pada pasien *low back pain (LBP)* dengan masalah keperawatan nyeri akut.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam melakukan penelitian dan penulisan karya ilmiah akhir ners.

