

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Menurut Alligood, MR (2014) dalam *Nursing Theorists and Their Work*, Virginia Henderson merupakan salah satu tokoh keperawatan yang mencetuskan bahwa asuhan keperawatan ada 14 dasar kebutuhan manusia untuk merawat pasien dalam kondisi terbaik sebagaimana bawaan atas segala tindakan yang telah diberikan oleh perawat. Hubungan teori Virginia Henderson dengan Keperawatan Medikal Bedah adalah dalam 14 kebutuhan dasar terdapat poin penting dalam dunia keperawatan medikal bedah yaitu kebutuhan makan serta minum yang adekuat masuk kedalam sistem pencernaan, kebutuhan eliminasi masuk kedalam sistem perkemihan, kebutuhan bergerak serta bisa mempertahankan postur tubuh dengan baik masuk kedalam sistem muskuloskeletal, kebutuhan oksigenasi masuk kedalam sistem pernafasan.

Keperawatan Medikal Bedah (*Medical Surgical Nursing*) adalah studi keperawatan yang menyoroti gagasan dan standar keperawatan klinis yang menjadi dasar penggunaan ilmu keperawatan dalam menangani kebutuhan pasien dewasa yang mengalami masalah fisiologis, masalah kardiovaskular, gangguan terkait perut, masalah pernapasan, masalah endokrin, gangguan saluran kemih yang tak henti-hentinya terkait dengan penyakit yang terus-menerus (Gustinerz, 2016 dalam Ketut 2019: Hal.: 2). Jadi, *Medical Surgical Nursing* adalah ahli untuk penyembuhan atau terapi yang berhubungan dengan prosedur medis klinis dengan informasi dan metode terapi yang digerakkan oleh Perawat Medikal bedah (Nursalam, 2008 dalam Ketut 2019)

Dilain sudut pandang, sakit adalah keadaan kelemahan fisik (*Sebster's New Collegiate Dictionary*) yang dapat disebabkan oleh bermacam-macam penyakit. Sehat adalah keadaan baik secara jasmani maupun rohani dan sosial. Setiap orang menjalani kehidupan sosial dan ekonomi yang produktif. Kesehatan dan penyakit merupakan rangkaian peristiwa yang terjadi secara terus menerus dalam kehidupan masyarakat. (Ketut 2019. Hal.: 12)

Dengan berkembangnya ilmu pengetahuan dan teknologi dibidang kedokteran, membina para ahli untuk melakukan penelitian terhadap berbagai penyakit. Penyakit merupakan proses timbulnya penyakit dan interaksi antara patogen, manusia (host) dan lingkungan sekitarnya.

Menurut perjalanan penyakitnya, dapat dibagi menjadi 2 yaitu akut dan kronis. Menurut dari cara penularannya, penyakit dapat diklasifikasikan menjadi 2 yaitu tidak menular dan menular (Darmawan, 2016)

Penyakit tidak menular adalah yang dikenal dengan penyakit kronis dengan kata lain penyakit dengan non-infeksi, penyakit dengan infeksi namun tidak menularkan, penyakit degenerative yang dimana terjadinya perubahan pada sel-sel fungsi tubuh (Hamzah, 2021).

Penyakit tidak menular adalah beban masalah di dunia yang terdiri dari penyakit kardiovaskular, diabetes, kanker dan penyakit pernafasan kronik (WHO 2010 dalam Aritonang, Y. A., Widani, N. L., & Adyatmaka, I, 2018). Penyakit tidak menular (PTM) terbagi menjadi 2 yaitu akut dan kronis. Dalam epidemiologi penyakit tidak menular dibahas menjadi penyakit kronis. Penyakit tidak menular dapat menimbulkan penyebab kematian kronis dan degenerative. Penyakit tidak menular sedang meningkat dengan pola hidup masyarakat. Peningkatan pola hidup ini disebabkan oleh perubahan: kondisi sosial ekonomi, kondisi lingkungan yang bersih, kurangnya pengetahuan, dan perubahan perilaku (Armaidi, 2016). \

*Low Back Pain* (LBP) atau Nyeri Pinggang adalah penyakit tidak menular diakibatkan dari gangguan *musculoskeletal*. Hal ini dapat disebabkan oleh aktivitas fisik. *Low Back pain* dapat diakibatkan oleh berbagai gangguan musculoskeletal atau otot, gangguan mental dan pergerakan yang tidak tepat. *Low Back Pain* menimbulkan nyeri yang terjadi di daerah punggung bawah dan dapat menjalar ke kaki terutama punggung dan luar (Ricca, 2020).

Di dunia, nyeri punggung bawah sangat bervariasi dari tahun ke tahun mencapai 15-45%, yang membuktikan bahwa 33% penduduk di negara berkembang mengalami nyeri yang secara terus-menerus. Di Inggris, sekitar 17,3 juta orang menderita sakit punggung, di mana sekitar 1,1 juta di antaranya lumpuh karena sakit pinggang. Di Amerika, melaporkan 26% orang dewasa mengalami nyeri pinggang paling sedikit 1 hari dalam periode 3 bulan (WHO, 2019 Dalam Novisca, 2021)

Di Indonesia, angka kejadian *Low Back Pain* adalah 1.017.290 dengan prevalensi 9,2% (Riskesdas, 2018). Menurut Riskesdas (2018), prevalensi dari penyakit pada sistem muskuloskeletal di Indonesia didiagnosis oleh tenaga medis 11,9% dan berdasarkan kategori

gejala 24,7%. Banyaknya penderita nyeri punggung bawah di Indonesia tidak diketahui pasti, namun diperkirakan antara 7,6% sampai 37% (Novisca, 2021)

Di DKI Jakarta, angka kejadian pasien penyakit *Low Back Pain* sebanyak 40.210 orang atau 10,1% responden dari 1.017.290 total penduduk Indonesia. Kelompok yang dapat terkena penyakit *Low Back Pain* ialah kelompok dengan tempat tinggal di daerah perkotaan angka kejadiannya sebanyak 556.419 orang dari 1.017.290 dan di daerah Pedesaan dengan angka kejadian sebanyak 460.871 orang dari 1.017.290 (Risksedas, 2018)

Di Jakarta Timur, angka kejadian pasien dengan penyakit *Low Back Pain* sebanyak 26,74% orang dengan usia 15 tahun keatas yang mengalami gejala nyeri pada pinggang. Ada hubungan antara usia dan masalah kesehatan. Seiring bertambahnya usia, seseorang mengalami kerusakan jaringan di masa dewasa yang dapat menyebabkan penurunan kapasitas fisik, yaitu penurunan kekuatan otot pinggang, yang dapat memengaruhi aktivitas. Penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas dan pekerjaan terjadi setelah usia 30 sampai 40 tahun karena penurunan kemampuan fisiologis, neurologis, dan fisik, pada ritme yang berbeda untuk setiap orang. (Badan Pusat Statistik (BPS), 2018 dalam Novisca, 2021)

*Low Back Pain* memiliki gejala nyeri dengan intensitas yang bervariasi, dari yang ringan hingga yang sangat nyeri. Otot yang berulang kali mengalami beban statis dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan masalah seperti kerusakan pada sendi, ligamen, dan tendon. Penyebab paling umum dari nyeri pinggang adalah duduk lama, postur duduk yang buruk, aktivitas yang berlebihan, dan trauma. (Saidi, 2020)

Masalah keperawatan untuk *Low Back Pain* adalah Nyeri Akut berhubungan dengan faktor cedera fisik (misalnya trauma, angkat beban), Gangguan Berkemih yang berhubungan dengan ketidakmampuan untuk pergi ke toilet (misalnya imobilisasi), Kecemasan yang berhubungan dengan krisis situasional, Defisit Pengetahuan yang berhubungan dengan kurangnya akses untuk informasi (Black and Hakws, 2014)

Tindakan keperawatan yang mandiri ialah mengajarkan pasien melakukan *Slow strok back massage*, *distraksi*, relaksasi nafas dalam, imajinasi terbimbing dan hipnosis ialah model intervensi nonfarmakologis yang tak jarang dipergunakan pada keperawatan dalam mengelola

nyeri (Smeltzer & Bare, 2002 dalam Saidi 2021). Dalam penelitian ini penulis mengambil tindakan nonfarmakologi yaitu Teknik relaksasi napas dalam tujuan nya adalah mengurangi rasa nyeri pada pinggang. Pasien dapat memejamkan mata dan bernapas perlahan dengan nyaman. Menghitung tanpa suara dan setiap napas mempertahankan ritme yang sama dengan 8 hitungan (Saidi, 2020)

Penatalaksanaan *Low Back Pain* ada 2 yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan secara Farmakologi ialah dengan menggunakan obat Analgesik dan OAINS (Obat Anti Inflamasi NonSteroid) seperti paracetamol, natrium diklofenak, brufen, etodolac, deksketoprofen trometamol dan celecoxib. Obat Pelemas Otot (*muscle relaxant*) seperti eperison, tisanidin, karisoprodol, diasepam dan siklobensaprin. Obat Opioid (Antini, 2020)

Penanganan secara non farmakologi yaitu dengan melakukan teknik relaksasi nafas dalam. Teknik relaksasi nafas dalam adalah tindakan mandiri seorang perawat, tujuan nya adalah mengurangi rasa nyeri pada pinggang. Pasien dapat memejamkan mata dan bernapas perlahan dengan nyaman. Menghitung tanpa suara dan setiap napas mempertahankan ritme yang sama dengan 8 hitungan (Saidi, 2020)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Saidi, Septi Andrianti (2020) terhadap 10 responden pasien *Low Back Pain* yang dibagi dalam 2 kelompok intervensi dan kontrol di Puskesmas Jaya Loka. Kelompok intervensi ada 6 responden dengan keluhan nyeri skala 5 dan 4 responden dengan keluhan nyeri skala 4. Responden diajarkan melakukan teknik relaksasi nafas dalam selama 10 menit pertama, skala nyeri diketahui bervariasi dengan  $P\text{-Value} = 0,016$  ( $P < 0.05$ ) (Saidi, 2020)

Peran perawat adalah perilaku yang diharapkan konsisten dengan nya kedudukan dalam dirinya sebagai sistem. Peran dipengaruhi oleh kondisi social dari profesional/non-profesional. Peran perawat juga dipengaruhi oleh lingkungan Pelayanan sosial dari dalam dan luar profesi keperawatan dan konstan (Kusnanto, 2004 dalam Ketut 2019. Hal: 35). Oleh karena itu, tidak mungkin Perawat akan memainkan peran yang sama sebagai aktor Pelayanan kesehatan lainnya, meskipun masih memiliki kesamaan.

Menurut Fadillah (2011) dalam Ketut (2019), hal: 35. Menyatakan sebagai tenaga kesehatan, perawat memiliki banyak peran seperti Perawat berperan sebagai aspek promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Aspek promotive dapat dilakukan oleh perawat dengan menggunakan media leaflet atau poster untuk menginformasikan pasien tentang *Low Back Pain*. Perawat yang memberikan aspek preventif adalah perawat yang berperan sebagai edukator untuk memberikan pendidikan kesehatan tentang *Low Back Pain* dan mengajarkan praktik teknik relaksasi nafas dalam. Perawat kuratif adalah yang fokus pada kebutuhan dasar manusia melalui asuhan keperawatan pada penderita *Low Back Pain*. Aspek rehabilitasi adalah dimana perawat dapat melakukan kegiatan yang menghidupkan kembali pasien, memungkinkan mereka untuk terlibat kembali sebagai anggota masyarakat dan membantu komunitas lain.

Sebagai Perawat dengan memiliki sikap dan karakter caring, akan menumbuhkan rasa percaya diri dan meningkatnya harga diri serta aktualisasi diri yang baik. Dengan kemajuan yang dibuat untuk menjadi lebih baik lagi dan perawat merasa bahagia dengan keterampilan yang dimilikinya, sehingga pemimpin merasa bangga kepada perawat yang memiliki rasa sikap caring memberikan rasa harapan yang penuh untuk masa depan kemajuan perawat (Erita, E., & Mahendra, D. (2019).

Penulis harus memiliki sikap caring terhadap pasien agar, dengan memiliki sikap caring akan menumbuhkan ikatan hubungan saling percaya sehingga dalam melakukan tindakan asuhan keperawatan kepada pasien tersebut, pasien sudah percaya dengan perawat yang akan merawatnya karna terjalin hubungan saling percaya, jika penulis tidak memiliki rasa sikap dan sifat caring yang terjadi adalah pasien tidak akan pernah mau untuk dilakukan tindakan asuhan keperawatan karna tidak ada bina hubungan saling percaya.

Pendidikan kesehatan adalah proses perubahan manusia yang terkait dengan pencapaian tujuan kesehatan individu dan masyarakat. Pendidikan kesehatan adalah proses perkembangan yang penuh antusias di mana seseorang menerima atau menolak masalah, perilaku, dan praktik baru yang terkait dengan tujuan hidup sehat (Notoatmodjo Soekidjo (2007) dalam Lumbanbatu, A. M. (2018)). Pendidikan kesehatan adalah tentang mencapai perubahan perilaku pada individu, keluarga dan masyarakat, membina dan memelihara perilaku hidup sehat dan lingkungan yang

sehat, serta berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan yang optimal (Maulana, Heri DJ (2009) dalam Lumbanbatu, AM (2018)

Penulis mengajarkan kepada pasien dengan penyakit *Low Back Pain* untuk melakukan teknik relaksasi nafas dalam, penulis melakukan edukasi kesehatan pada pasien tentang manfaat dari teknik relaksasi nafas dalam dengan menggunakan leaflet. Dengan menggunakan media leaflet pasien lebih memahami tata cara atau SOP (Satuan Operasional Prosedur) yang benar dari leaflet itu sendiri dan pasien lebih paham untuk menerapkan batuk efektif secara mandiri.

Dalam melakukan asuhan keperawatan kepada pasien, penulis menerapkan nilai-nilai kristiani dalam melaksanakan penelitian dengan sikap rendah hati dalam memberikan asuhan keperawatan, peduli terhadap pasien dalam memberikan asuhan keperawatannya, disiplin dalam menjalankan tugas saat memberikan asuhan keperawatan pada pasien *Low Back Pain*, berprofesional dalam melakukan asuhan keperawatan, dapat bertanggung jawab dengan tugasnya dan berintegritas

Dalam Al-Qur'an (QS; Al-Insyirah ayat 5-6) berbunyi "Karena sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan). Ayat ini memberikan makna yang dalam untuk tidak mudah menyerah dalam hal apapun yang sedang dihadapi jangan pula berputus asa dalam mencapai tujuan. Seorang perawat yang merawat pasien dengan tulus, semangat, tidak mudah menyerah dapat membawa kesembuhan bagi pasien yang sedang menjalani pengobatan, maka penulis selalu memegang prinsip seperti kata pepatah "Usaha tidak akan mengkhianati hasil".

Fenomena kejadian yang terjadi di RS TK II Moh Ridwan Meuraksa Jakarta adalah pasien dengan penyakit *Low Back Pain* tidak mengetahui cara melakukan Teknik Relaksasi Nafas Dalam, sehingga pasien sulit mengurangi rasa nyeri dengan optimal. Angka kejadian selama 4 bulan terakhir dari Bulan Februari sampai Juni 2022 adalah 15 orang. Berdasarkan pernyataan diatas, maka saya sebagai penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengatasi Nyeri Pinggang Pada Pasien *Low Back Pain* Di RS TK II Moh Ridwan Meuraksa Jakarta"

## **1.2 Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis merumuskan masalah yaitu bagaimana mengimplementasikan Penerapan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Untuk Mengatasi Nyeri Pinggang Pada Pasien *Low Back Pain* Di RS TK II Moh Ridwan Meuraksa

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk menambah ilmu dan kompetensi dalam melakukan penerapan tindakan mandiri perawat pada pasien *Low Back Pain* dengan mengajarkan teknik relaksasi nafas dalam dengan tujuan untuk mengurangi rasa nyeri pada pinggang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1.3.2.1 Mampu melakukan pengkajian pada pasien *Low Back Pain* dengan Penerapan teknik relaksasi nafas dalam
- 1.3.2.2 Mampu menetapkan diagnose keperawatan pada pasien *Low Back Pain* dengan Penerapan teknik relaksasi nafas dalam
- 1.3.2.3 Mampu menyusun rencana keperawatan pada pasien *Low Back Pain* dengan Penerapan teknik relaksasi nafas dalam
- 1.3.2.4 Mampu melaksanakan tindakan keperawatan pada pasien dengan *Low Back Pain* dengan Penerapan teknik relaksasi nafas dalam
- 1.3.2.5 Mampu melakukan evaluasi pada pasien dengan *Low Back Pain* dalam Penerapan teknik relaksasi nafas dalam
- 1.3.2.6 Mampu menganalisa Penerapan teknik relaksasi nafas dalam Dalam mengurangi rasa nyeri pada pasien *Low Back Pain*

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Pasien**

Untuk mengetahui kemampuan pasien dalam menerapkan teknik relaksasi nafas dalam pada pasien *Low Back Pain* dalam kemandirian keluarga memberi semangat untuk kesembuhan pasien

### **1.4.2 Rumah Sakit**

Agar pihak rumah sakit tetap melaksanakan tindakan keperawatan mandiri yaitu dengan melakukan teknik relaksasi nafas dalam pada pasien yang menderita *Low Back Pain* agar

pasien dengan penderita *Low Back Pain* dapat melakukannya dengan mandiri pada saat di rumah

#### 1.4.3 Perawat

Hasil penelitian yang dilakukan, dengan mengetahui tanda dan gejala dari *Low Back Pain* agar perawat dalam melakukan pekerjaan harus lebih peduli dengan kesehatannya, menjaga posisi saat ambulasi pasien, dan menjaga postur tubuh untuk tidak membungkuk.

#### 1.4.4 Institusi Pendidikan

Sebagai fasilitas bagi mahasiswa yang lain agar mengetahui dan mau mempelajari tentang teknik relaksasi nafas dalam pada pasien *Low Back Pain* serta sebagai tumpuan bagi seluruh pihak yang ikut berpartisipasi dibawah Institusi untuk ikut menciptakan dan juga menerapkan tindakan mandiri perawat.

