

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan nyeri otot atau *myalgia* merupakan sekelompok gangguan yang mempengaruhi sistem muskuloskeletal yaitu tendon, saraf, otot, dan struktur pendukung seperti cakram intervertebralis. Gangguan nyeri otot terkait pekerjaan banyak disebabkan oleh trauma kumulatif seperti gerakan berulang, beban kerja berlebihan, postur canggung serta duduk dan berdiri dalam waktu lama selama bekerja (Seta et al. 2024). Nyeri otot disebabkan penggunaan otot yang terlalu tegang dan berlebihan sehingga otot-otot yang digunakan mengalami kekurangan oksigen dan terjadi proses oksidasi anaerob yang akan menghasilkan asam laktat, Asam laktat akan menimbulkan rasa pegal atau nyeri dalam waktu singkat maupun berlanjut beberapa hari, bulan atau tahunan (Muttaqin, 2021).

Berdasarkan studi *Global Burden of Diseases* (GBD) pada tahun 2022 terdapat sekitar 322,75 juta kasus gangguan nyeri otot diseluruh dunia, 117,54 ribu kematian akibat gangguan *myalgia*, serta hampir 150,08 juta DALY (*Disability Adjusted Life Year*) akibat gangguan *myalgia*. Namun hingga saat ini 66,7% tercatat dari semua penyakit akibat kerja di Italia pada tahun 2022, paling sering teridentifikasi nyeri otot pada tungkai atas dan bawah. (Liu et al. 2022)

Berdasarkan data riset kesehatan dasar (2018), jumlah prevalensi angka cedera otot akibat bekerja yang mengakibatkan kegiatan sehari-hari terganggu

Indonesia adalah 9,2%. cedera otot yang diakibatkan bekerja didapatkan persentase sebanyak 8,2%. proporsi bagian tubuh yang mengalami cedera diantaranya otot anggota gerak bawah 67,9% anggota gerak atas 32,7%, punggung 6,5% (Riset kesehatan dasar, 2018).

Hasil data dari laporan Provinsi Jateng tahun 2023, tentang prevalensi penyakit sendi dan otot di Provinsi Jawa Tengah pada pekerja berangka 9,78% dengan nilai N tertimbang 13.166 kasus dalam jurnal (Qomariah 2021). Di Kabupaten Baru provinsi Maluku tahun 2021, kasus *myalgia* tercatat sebanyak 1.533 kasus (Badan Pusat Statistik, 2021). Kabupaten Pohuwato Provinsi Gorontalo tahun 2021, prevalensi kejadian *myalgia* tercatat sebanyak 1.693 kasus (Dinkes Pohuwoto, 2021). Data dari Puskesmas Wirosari 2 yang meliputi 6 desa terdapat 1,980 kasus nyeri otot, Desa Mojerebo 185 kasus, Desa Gedangan 216 kasus, Desa Tegalrejo 276 kasus, Desa Tambakselo 401 kasus, Desa Dokoro 436 kasus, Desa Karangasem 466 kasus. Dampak nyeri otot berdasarkan data dari *Health And Safety Executive* kesehatan dan keselamatan kerja hilang akibat nyeri otot di Britania raya pada periode 2018/2019 mencapai 6,9 juta hari (HSE 2020).

Penanganan nyeri otot dapat dilakukan dengan dua cara farmakologis dan non farmakologis Menurut pengobatan farmakologi dapat dilakukan dengan menggunakan analgesik sedangkan untuk pengobatan non farmakologi yaitu terapi nafas dalam, pemberian posisi yang nyaman, stimulus ketaneus, massage, kompres hangat dan kompres dingin (Heni setyowati & kp, 2023). Penggunaan non farmakologis menjadi pilihan karena tidak ada efek samping

yang membahayakan (Movahedi et al.,2022) Salah satu metode non farmakologis dapat mengurangi rasa nyeri otot yaitu menggunakan kompres hangat yang dapat menimbulkan efek seperti mencegah terjadinya spasme otot atau memberikan rasa nyaman dan memberikan kehangatan. Kompres hangat juga cara yang bagus untuk meredakan nyeri otot Ada beberapa efek fisiologi yaitu tubuh menjadi lebih rileks, rasa nyeri jadi lebih hilang bahkan turun dan sirkulasi darah menjadi lancar karena hantaran energi hangat yang akan melebarkan aliran pembuluh darah sehingga aliran pembuluh darah lebih lancar sehingga akan menurunkan ketegangan otot. (Hanifah et al. 2022).

Dusun Sarip Desa Karangasem dimana daerah tersebut merupakan daerah mayoritas pembuat genteng. Proses pembuatan genteng dilakukan secara tradisional dengan mengadakan tenaga manusia sehingga penggunaan otot tubuh secara intensif atau berulang dapat memicu terjadinya gangguan nyeri otot pada pekerja pembuat genteng di Dusun Sarip Desa Karangasem, berdasarkan survei dalam penelitian sebelumnya dimana sebanyak 28 responden 14 diantaranya mengalami nyeri sedang (Seta et al. 2024). Dalam penelitian ini melakukan studi pendahuluan pada pekerja pembuat genteng di Dusun Sarip dari 50 responden 35 orang mengalami nyeri sedang dan 15 tidak mengalami nyeri.

Berdasarkan penjelasan yang sudah dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk menerapkan intervensi terapi kompres hangat untuk mengurangi permasalahan gangguan nyeri otot yang ada pada pekerja pembuat genteng di Dusun Sarip Desa Karangasem.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang sudah dijabarkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri otot pada pekerja pembuat genteng di Dusun Sarip Desa Karangasem?”.

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh dari terapi kompres air hangat untuk mengurangi nyeri otot pada pekerja pembuat genteng di Dusun Sarip Desa Karangasem.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi nyeri otot sebelum dilakukan kompres air hangat di Dusun Sarip Desa Karangasem.
- b. Mengidentifikasi nyeri otot setelah dilakukan kompres hangat di Dusun Sarip Desa Karangasem.
- c. Menganalisa pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri otot pada pekerja pembuat genteng di Dusun Sarip Desa Karangasem.

D. Manfaat

Dengan menulis karya tulis ilmiah ini diharapkan memberikan manfaat, diantaranya yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Memperkuat teori keterkaitan pengaruh kompres air hangat terhadap nyeri otot.

2. Manfaat praktis

Hasil penelitian diharapkan dapat berguna dan mampu mengatasi permasalahan kesehatan yang ada di lapangan. Dapat dijadikan acuan bagi perawat untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan agar mampu memberikan asuhan keperawatan berkualitas terutama pada pekerja pembuat genteng dengan keluhan nyeri otot.

E. Sistematika Penulisan

Penulisan karya tulis ilmiah ini terbagi menjadi III BAB yang disusun dengan sistematika penulisan berikut:

Tabel 1.1 Sistematika Penulisan Proposal Penelitian

BAB	KONSEP PENGAMBILAN DATA
BAB I	Pendahuluan , berisi tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat, sistematika penulisan dan penelitian terkait.
BAB II	Tinjauan pustaka , konsep teori yang berhubungan dengan tema penulisan / variabel dalam penelitian serta kerangka teori dalam penelitian;
BAB III	Metodologi penelitian , berisi tentang variabel penelitian, kerangka konsep dan hipotesis, konsep metodologi mulai dari jenis, design dan rancangan penelitian, populasi, sampel, tempat dan waktu penelitian, definisi operasional, metode pengumpulan data, instrumen penelitian, uji instrumen, pengolahan data dan analisa data serta etika dalam penelitian;
BAB IV	Hasil penelitian , berisi tentang hasil penelitian termasuk hasil analisa data penelitian (hasil uji statistik).
BAB V	Pembahasan , berisi tentang pembahasan hasil dan keterbatasan penelitian.
BAB VI	Penutup , berisi tentang simpulan dan saran yang dapat penelitian berikan dari hasil penelitian.

F. Penelitian Terkait

1. Waryantini and Astri (2020) Efektifitas penggunaan kompres hangat dan kompres dingin terhadap nyeri otot pada lansia. Desain penelitian ini adalah *pra eksperiment* dengan pendekatan *one group pretest posttest* teknik sampel menggunakan tehnik *accidental sampling* dari jumlah populasi lansia 266 lansia sampel yang diambil 30 sesuai kriteria yang ditetapkan. Instrumen penelitian ini menggunakan lembar observasi hasil pengukuran skala nyeri penelitian ini menunjukan terdapat perbedaan antara kompres hangat dan kompres dingin terhadap nyeri otot pada lansia, bermakna bahwa kompres hangat lebih efektif dalam menurunkan nyeri otot lansia dibanding kompres dingin. Perbedaan penelitian, desain *Quasi Experiment*, populasi pekerja, variabel *Independen, control Group Design*.
2. Hanifah, Nurdianti, and Kurniawati (2022) Penerapan kompres hangat untuk mengurangi nyeri punggung pada ibu hamil trimester III fisiologis. Desain penelitian ini adalah *pre eksperimental* dengan pendekatan *static group comparison design* dengan jumlah populasi 5 responden hasil setelah dilakukan kompres hangat 3 diantaranya mengalami penurunan, kesimpulan dari penelitian kompres hangat dapat menurunkan nyeri. Perbedaan penelitian, desain *Quasi Experiment*, populasi pekerja, jumlah responden, variabel *Independen, control Group Design*.
3. Qomariah (2021) Efektivitas pemberian terapi kompres hangat rebusan jahe untuk mengurangi nyeri otot pada petani di desa X. metode *penelitian pre eksperimental*, dengan pendekatan *static group comparison desain*. Sempel

penelitian adalah petani sebanyak 68 responden yang dibagi menjadi dua kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi skala nyeri, terdapat pengaruh pemberian kompres hangat rebusan jahe dalam mengurangi gangguan nyeri otot yang dialami. Perbedaan penelitian, desain *Quasi Experiment* populasi pekerja, variabel dependen, variabel *Independent*, *control Group Design*.