

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gaya hidup masyarakat saat ini semakin sibuk dengan pekerjaan yang padat, dengan tingkat stress yang tinggi dan sering mengabaikan kondisi kesehatannya, sehingga dapat timbul berbagai penyakit salah satunya yaitu *Hernia Nucleus Pulposus* (HNP) (Al Mahdi & Wahyuni, 2016). *Hernia Nucleus Pulposus* (HNP) ialah gangguan dimana bantalan lunak antara vertebra mengalami tekanan dan pecah, mengakibatkan penyempitan dan cubitan pembuluh darah saraf. Menyebabkan rasa sakit yang signifikan terutama pada bagian punggung bawah (Daneshpajoooh et al., 2019). HNP dapat timbul pada semua bagian tulang belakang mulai dari leher, dada hingga tulang pinggang. HNP seringkali terjadi pada punggung bagian bawah atau pinggang yang dinamakan HNP lumbalis, yang terjadi sekitar 90% dari semua kejadian HNP. HNP yang terjadi di daerah punggung bagian atas dan leher hanya sekitar 8% dari semua kejadian HNP (Lubis, 2022).

Hernia Nucleus Pulposus menimbulkan berbagai keluhan akibat manifestasi kompresi saraf. Keluhan yang mungkin timbul diantaranya yaitu nyeri lokal maupun menjalar, penurunan lingkup gerak sendi dan penurunan kekuatan otot (Zairin Noor, 2014). Keluhan yang paling umum dari pasien HNP adalah nyeri. Lokasi dan intensitas penjepitan mempengaruhi gejala HNP secara berbeda. Herniasi cakram servikal menimbulkan gejala berupa nyeri yang menjalar ke arah bahu, lengan atas, lengan bawah dan jari-jari serta nyeri yang terjadi ketika leher digerakkan. Selain itu, dapat ditemukan juga rasa kebas pada daerah yang sama

dengan nyeri tersebut. Batuk, bersin atau mengejan dapat memperburuk nyeri HNP. Kondisi parahnya dari HNP dapat dijumpai kelumpuhan ekstremitas (Maksum, M., & Hanriko, 2016).

Kejadian *Hernia Nucleus Pulposus* di Amerika Serikat adalah sekitar 5% orang dewasa dan 1 dari 10 penyakit terbanyak di Amerika Serikat dengan insiden tertinggi pada usia 45-60 tahun. Prevalensi nyeri punggung bawah akibat *Hernia Nucleus Pulposus* sekitar 30%-40% di Jerman dan 81,4% di Korea (Sasi Kuppuswamy et al., 2017). Di Indonesia, prevalensi HNP belum disebutkan secara spesifik, namun prevalensi penyakit sendi meningkat secara signifikan pada usia di atas 45 tahun. Jumlah penderita nyeri punggung bawah di Indonesia tidak diketahui secara pasti tetapi diperkirakan yaitu antara 7,6%-37% (Kemenkes, 2018). Meskipun kejadian HNP tergolong sedikit, namun penyakit HNP harus tetap diperhatikan dan ditangani lebih awal.

Hernia Nucleus Pulposus disebabkan oleh karena adanya suatu trauma derajat sedang yang berulang mengenai *discus intervertebralis* sehingga menimbulkan sobeknya *annulus fibrosus*. Pada kebanyakan pasien gejala trauma bersifat singkat dan gejala ini disebabkan oleh cedera pada *discus* yang tidak terlihat selama beberapa bulan atau bahkan dalam beberapa tahun. Kemudian pada generasi *discus* kapsulnya mendorong ke arah medulla spinalis atau mungkin ruptur dan memungkinkan *nucleus pulposus* terdorong terhadap saraf spinal saat muncul dari kolumna spinal (Zairin Noor, 2014).

Dampak yang ditimbulkan dari HNP berupa keterbatasan aktivitas fungsional dalam melakukan aktivitas sehari-hari seperti kesulitan dalam melakukan transfer dan ambulasi seperti bangun dari tempat tidur, duduk ke berdiri dan berjalan jauh

yang diakibatkan oleh nyeri (Nasikhatussoraya et al., 2016). Nyeri dapat terasa seperti rasa panas, kesemutan atau tertusuk dan ditikam. Nyeri akan menjadi suatu masalah gangguan kesehatan dikarenakan dapat mengganggu aktivitas yang akan dilakukan dan ketidaknyamanan yang berkepanjangan (Mujiyanto, 2014).

Nyeri pada *Hernia Nucleus Pulposus* jika tidak tertangani dapat menyebabkan kelumpuhan dan kecacatan baik yang terjadi pada perempuan atau laki-laki. Agar bahaya dari HNP tidak timbul maka perlu upaya penanganan, khususnya upaya untuk menangani nyeri. Nyeri dapat diatasi dengan cara terapi konservatif dan pembedahan. Pembedahan yang dilakukan pada pasien HNP yaitu laminektomi. Terapi konservatif terdiri dari terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologi yaitu seperti pemberian obat dengan tujuan untuk membantu menurunkan nyeri. Terapi non farmakologis adalah tindakan mandiri yang dilakukan untuk membantu menurunkan skala nyeri seperti nyeri punggung bawah, sebagai alternatif yang tidak memiliki resiko dan sebagai pendamping tindakan farmakologis (Pratama, A. Y., Agustina, R. W., & Rahmawati, 2020).

Intervensi non farmakologis meliputi masase, terapi es dan terapi panas, stimulasi listrik saraf transkutaneus (TENS), teknik relaksasi, distraksi, hipnosis dan musik. Penatalaksanaan non farmakologis terhadap nyeri dengan terapi panas dapat dilakukan salah satunya dengan kompres hangat (Haryanti & Juniarti, 2018). Pemasangan kompres hangat biasanya dilakukan hanya setempat saja pada bagian tubuh tertentu. Pemberian panas akan mengakibatkan pembuluh darah melebar sehingga memperbaiki peredaran darah di dalam jaringan. Kompres hangat memperbesar penyaluran zat asam dan bahan makanan ke sel-sel dan memperbaiki pembuangan dari zat-zat yang dibuang. Aktivitas sel yang meningkat akan

mengurangi rasa sakit/ nyeri dan akan menunjang proses penyembuhan luka dan proses peradangan (Hannan et al., 2019).

Terapi relaksasi yang dapat dilakukan salah satunya yaitu relaksasi benson. Terapi relaksasi benson adalah suatu tindakan keperawatan yang mudah dilakukan dan tanpa menggunakan alat dimana perawat mengajarkan atau melatih kepada pasien bagaimana melakukan nafas dalam untuk mengurangi nyeri. Pasien dapat memejamkan matanya dan menarik nafas dalam, nafas lambat (menahan inspirasi secara maksimal atau menghitung dalam hati) dan menghembuskan nafas melalui mulut secara perlahan yang dilakukan dengan posisi yang tepat, pikiran yang tenang serta lingkungan yang tenang dan diikuti dengan mengulang kata atau kalimat yang sesuai dengan keyakinan sehingga menghambat impuls noxius pada sistem kontrol *descending* dan meningkatkan kontrol terhadap nyeri (Wainsani et al., 2020).

Teknik relaksasi nafas dalam dapat menurunkan intensitas nyeri dengan merilekskan otot-otot skelet yang mengalami spasme otot atau kontraksi otot yang disebabkan peningkatan prostaglandin kemudian terjadi vasodilatasi dan meningkatkan aliran darah ke daerah yang mengalami spasme atau ke daerah iskemik (Priscilla et al., 2012; Saidi & Andrianti, 2021). Selain untuk menurunkan intensitas nyeri, teknik relaksasi benson ini dapat meningkatkan ventilasi paru-paru, meregangkan otot, meningkatkan oksigen dalam darah serta memberikan rasa rileks dan menimbulkan rasa nyaman pada pasien jika dilakukan secara berulang yang dapat meningkatkan toleransi seseorang terhadap nyeri dan meningkatkan ambang nyeri (Priscilla et al., 2012; Saidi & Andrianti, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Haryanti & Juniarti (2018) menunjukkan kompres hangat efektif dalam menurunkan nyeri punggung bawah

pada lansia. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Putri (2023) kompres hangat juga berpengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri punggung pada ibu hamil. Relaksasi benson dalam penelitian yang dilakukan oleh Momen (2017) terbukti dapat menurunkan tingkat nyeri pada pasien pasca laminektomi. Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis tertarik untuk membahas mengenai “Intervensi Kompres Hangat dan Relaksasi Benson untuk Mengatasi Nyeri Akut Pada Pasien Perioperatif dengan *Hernia Nucleus Pulposus* dengan di RSUD Karsa Husada Batu”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana pelaksanaan intervensi kompres hangat dan relaksasi benson dalam mengatasi nyeri akut pada pasien perioperatif dengan *hernia nucleus pulposus* di RSUD Karsa Husada Batu?

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui intervensi kompres hangat dan relaksasi benson dalam mengatasi nyeri akut pada pasien perioperatif dengan *hernia nucleus pulposus* di RSUD Karsa Husada Batu.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Melakukan pengkajian dan analisa data pada pasien dengan *hernia nucleus pulposus* di RSUD Karsa Husada Batu
2. Menyusun diagnosa keperawatan pada pasien dengan *hernia nucleus pulposus* di RSUD Karsa Husada Batu.

3. Menyusun prioritas masalah dan rencana asuhan keperawatan pada masing-masing diagnosa keperawatan pada pasien dengan *hernia nucleus pulposus* di RSUD Karsa Husada Batu.
4. Melaksanakan tindakan asuhan keperawatan pada pasien dengan *hernia nucleus pulposus* di RSUD Karsa Husada Batu.
5. Melakukan evaluasi asuhan keperawatan pada pasien dengan *hernia nucleus pulposus* di RSUD Karsa Husada Batu.

