

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Terhitung sejak desember 2019, dunia dikejutkan dengan wabah virus Corona (COVID-19) yang menginfeksi hampir seluruh negara di dunia.¹ Pandemi COVID-19 telah menjadi disruptor di abad 21 ini. Pandemi ini merubah tatanan kehidupan masyarakat dalam berbagai aspek, salah satunya aspek pendidikan. Sesuai dengan Surat Edaran Mendikbud tertanggal 9 Maret 2020, semua instansi pendidikan melaksanakan pembelajaran dari rumah sampai batas waktu yang ditentukan kemudian. Dengan melaksanakan pembelajaran *online*, maka terdapat perubahan aktivitas mahasiswa, yaitu frekuensi penggunaan smartphone atau laptop meningkat, lebih banyak aktivitas duduk daripada berdiri dan lebih banyak aktivitas digital daripada aktivitas fisik.²

Perubahan aktivitas ini dapat memberikan dampak negatif bagi mahasiswa. Dari aspek fisik, studi terdahulu menunjukkan melakukan *computer work* yang terlalu lama dapat berakibat terjadinya *musculoskeletal disorder* pada bahu, lengan, tangan serta batang tubuh (leher, punggung, pinggul, dan pinggang).² Postur tubuh pada saat belajar menjadi faktor utama yang menentukan tingkat keluhan yang dihadapi oleh mahasiswa. Postur tubuh yang kurang baik di dalam belajar akan berdampak pada resiko sakit pada bagian-bagian tubuh tertentu dan akan beresiko mengalami nyeri punggung bawah.³

Nyeri punggung bawah merupakan nyeri yang terjadi pada bagian tubuh *posterior* (belakang), yaitu diantara batas bawah iga dengan lipatan bokong. Nyeri punggung bawah dapat bersumber dari otot-otot maupun ligamen, disebut sebagai nyeri mekanis. Penyebab lain terhadap kejadian nyeri punggung bawah yaitu akibat adanya kelainan patologik seperti tumor, *herniasi lumbar*, infeksi, trauma dan fraktur pada vertebra, atau akibat adanya kelainan organ disekitarnya

seperti pada ginjal maupun saluran kemih, serta akibat kehamilan.⁴ Terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian nyeri punggung bawah terdiri dari karakteristik individu seperti jenis kelamin, usia, tinggi badan, Indeks Massa Tubuh (IMT), lama kerja, posisi kerja, serta kebiasaan olahraga.⁵

Sembilan puluh persen kasus nyeri punggung bawah penyebabnya bukan akibat kelainan organik, namun akibat adanya kesalahan pada posisi tubuh ketika bekerja. Nyeri terjadi akibat terlalu lama duduk maupun posisi duduk yang buruk sehingga akan memberikan tekanan pada bagian punggung bawah yang cukup berat.⁵ Adapun aktivitas yang mengharuskan seseorang melakukan posisi duduk terlalu lama dapat beresiko tinggi terhadap kejadian nyeri punggung bawah, salah satunya pada aktivitas belajar mahasiswa.

Prevalensi nyeri punggung bawah di kalangan mahasiswa kedokteran berdasarkan penelitian di New Delhi, India tahun 2014 dalam satu tahun pengamatan sebanyak 47,5%.⁶ Adapun prevalensi nyeri punggung bawah mahasiswa kedokteran di Belgrade (Serbia) dari 459 siswa, 75,8% melaporkan nyeri punggung bawah di beberapa situasi dalam kehidupan mereka, 59,5% terjadi dalam 12 bulan pengamatan, 17,2% dari mereka menderita nyeri punggung bawah saat dilakukan survey dan 12,4 % siswa mengalami nyeri punggung bawah kronis serta prevalensi nyeri punggung bawah dalam 12 bulan secara signifikan diperoleh bahwa mahasiswa kedokteran perempuan lebih tinggi dibandingkan mahasiswa kedokteran laki-laki.⁷ Pada mahasiswa kedokteran di Indonesia, berdasarkan penelitian Nilfa Selviani SM Sambo pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara prevalensi nyeri punggung bawah didapatkan 26,7% dalam setahun pengamatan dan 18,3% dalam seminggu pengamatan.¹³

Pada beberapa penelitian ditemukan bahwa prevalensi kejadian nyeri punggung bawah pada mahasiswa kedokteran di Indonesia cukup tinggi dan adanya perubahan aktivitas belajar pada mahasiswa yaitu melalui perkuliahan

online. Oleh karena itu, hal ini menjadi pertimbangan untuk dilakukannya penelitian tentang hubungan keluhan nyeri punggung bawah dengan posisi belajar pada masa pembelajaran *online* selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa khususnya di Fakultas Kedokteran dan Ilmu kesehatan Universitas Jambi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang yang telah diuraikan di atas maka dapat dirumuskan masalah “Apakah terdapat hubungan keluhan nyeri punggung bawah dengan posisi belajar pada masa pembelajaran *online* selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa kedokteran Universitas Jambi?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan keluhan nyeri punggung bawah dengan posisi belajar pada masa pembelajaran *online* selama pandemi COVID-19 pada mahasiswa kedokteran Universitas Jambi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 mengetahui prevalensi nyeri punggung bawah pada mahasiswa Kedokteran Universitas Jambi.

1.3.2.2 mengetahui pengaruh antara posisi belajar pada masa pembelajaran *online* selama pandemi COVID-19 terhadap keluhan nyeri punggung bawah pada mahasiswa Kedokteran Universitas Jambi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi sumber bacaan, referensi dan informasi untuk mahasiswa mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi.

1.4.2 Bagi Pembaca

Diharapkan dapat menjadi penambah wawasan dalam pengembangan dan peningkatan ilmu pengetahuan khususnya mengenai kejadian nyeri punggung bawah

1.4.3 Bagi Peneliti

Diharapkan dapat menjadi bahan informasi bagi penelitian selanjutnya yang akan melakukan penelitian yang lebih mendalam terhadap kejadian nyeri punggung bawah.