

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa pandemi covid-19 di Indonesia dimulai dari Maret 2020. Sejak Maret 2020, Kemendikbud mengeluarkan surat edaran pembelajaran secara daring dan bekerja dari rumah untuk mencegah penyebaran covid-19.¹ Sistem pendidikan yang semula melakukan sistem pembelajaran serba luring menjadi daring sejak dikeluarkan surat edaran tersebut. Perubahan sistem pembelajaran tersebut mempengaruhi aktivitas seseorang hingga berdampak kondisi kesehatan seperti nyeri punggung bawah.²

Nyeri punggung bawah didefinisikan sebagai rasa nyeri dan ketidaknyamanan yang terlokalisasi di bawah *costae* dan di atas lipatan *gluteal*. Nyeri ini dapat dicetuskan oleh beberapa hal, seperti cedera karena terjatuh atau terbentur, mengangkat beban berat, pergerakan tubuh yang berlebihan termasuk duduk dan berdiri dalam jangka waktu lama.³

Nyeri punggung bawah berisiko dialami mahasiswa kedokteran. Tuntutan kurikulum mahasiswa kedokteran secara tidak langsung menyebabkan gaya hidup sedentari, rutinitas yang membuat stres, jam tidur yang sedikit, dan waktu kuliah yang padat.⁴⁻⁶ Paparan terus-menerus dari faktor risiko tersebut meningkatkan kemungkinan terjadinya nyeri punggung bawah.²

Jurusan kedokteran merupakan salah satu jurusan dengan jam kuliah terpadat. Di Universitas Andalas, mahasiswa jurusan kedokteran menghabiskan waktu sekitar 6 jam untuk kegiatan perkuliahan di luar kegiatan non-akademik. Hal tersebut meningkatkan risiko terjadinya nyeri punggung bawah karena enam jam dalam sehari merupakan waktu duduk ideal.⁷

Posisi duduk juga berpengaruh dalam meningkatkan risiko terjadinya nyeri punggung bawah. Orang yang duduk dengan posisi tidak tegak lima kali berisiko terjadi nyeri punggung bawah dibanding orang yang duduk tegak.⁷

Sebuah survei oleh *Opinium for the charity Versus Arthritis* menemukan bahwa nyeri punggung, leher, atau bahu dialami 81% orang yang bekerja jarak jauh. Studi lain oleh *Institute for Employment Studies* melaporkan 23% responden mengalami nyeri punggung hanya saat bekerja dari rumah.⁸ Hal tersebut memicu peneliti untuk meneliti apakah benar masa pandemi Covid-19 yang mewajibkan mahasiswa untuk belajar di rumah menyebabkan kejadian nyeri punggung bawah khususnya mahasiswa kedokteran dari Universitas Andalas.

Nyeri punggung bawah (*low back pain*) merupakan masalah muskuloskeletal yang paling sering dialami secara global menurut WHO.⁹ Data dari *Global Burden of Disease Study 2017* menunjukkan nyeri punggung bawah merupakan penyebab utama disabilitas peringkat pertama pada tahun 2017 seperti pada tahun 1990.¹⁰ Palazzo dkk. menemukan bahwa kejadian nyeri punggung bawah merupakan penyakit muskuloskeletal tersering dengan persentase sebanyak 12,5% yang diikuti oleh osteoarthritis dengan persentase sebanyak 12,3%.¹¹ Berdasarkan studi yang dilakukan Purwata dkk., nyeri punggung bawah merupakan nyeri neuropatik paling sering ditemukan di Indonesia yang diikuti oleh *carpel tunnel syndrome*.¹²

Prevalensi mahasiswa kedokteran yang mengalami nyeri punggung bawah cukup tinggi. Yucel dan Torun dalam penelitiannya membandingkan kejadian nyeri punggung bawah pada mahasiswa kedokteran gigi, farmasi, ilmu kesehatan, dan kedokteran. Hasil dari studi tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa kedokteran memiliki prevalensi kejadian nyeri punggung bawah paling tinggi dibanding tiga jurusan lainnya.¹³

Beberapa peneliti telah melakukan studi tentang nyeri punggung bawah pada spesifik mahasiswa kedokteran dan menunjukkan angka yang cukup tinggi. Tavares dkk. meneliti kasus nyeri punggung bawah di Brazil dan menemukan angka kejadian sebesar 81,7% dari 629 mahasiswa kedokteran yang diteliti. Penelitian tersebut tidak meneliti hubungan antara lama duduk dengan nyeri punggung bawah.¹⁴ Studi lain yang dilakukan oleh Vucjic dkk. menemukan hasil yang tidak jauh berbeda yakni 75,8% dalam sepanjang hidup 459 mahasiswa kedokteran di Serbia yang diteliti dan 17,2% dalam 12 bulan terakhir.⁴ Beberapa

studi juga menunjukkan angka yang jauh berbeda dari dua penelitian yang telah disebutkan, seperti dari Aggarwal dkk. yang menemukan angka 48% dari 160 mahasiswa kedokteran India yang diteliti dan Kennedy dkk. juga menemukan angka yang tidak jauh berbeda yaitu sebesar 53,4% dari 121 mahasiswa kedokteran Austria yang diteliti.^{6,15} Hal yang menjadi pembeda adalah penelitian-penelitian tersebut dilakukan saat belum terjadi pandemi covid-19 sehingga mahasiswa kedokteran pada saat itu tidak melakukan kegiatan perkuliahan secara daring.

Beberapa penelitian tentang kejadian nyeri punggung bawah telah dilakukan di Indonesia. Widiasih dalam penelitiannya mengenai nyeri punggung bawah pada mahasiswa Kedokteran Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta menemukan sebanyak 16,9% mahasiswa dalam satu tahun terakhir mengalami nyeri punggung bawah.¹⁶ Sedangkan, Sambo dalam penelitiannya pada mahasiswa Kedokteran Universitas Sumatera Utara menunjukkan persentase sebesar 26,7% dalam satu tahun terakhir.¹⁷ Hasil penelitian keduanya tidak menunjukkan adanya hubungan antara posisi dan lama duduk dengan kejadian nyeri punggung bawah. Widiasih melakukan penelitian pada tahun 2015, sedangkan Sambo melakukan penelitian pada tahun 2020. Dalam perbedaan waktu tersebut, terdapat pandemi Covid-19 yang menjadi aspek yang cukup mempengaruhi proses perkuliahan dari dua populasi tersebut.

Perbedaan angka yang bervariasi dan waktu yang berbeda dalam penelitian membuat peneliti semakin tertarik untuk melakukan penelitian pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tentang kejadian nyeri punggung bawah dan hubungannya dengan posisi dan lama waktu duduk.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara posisi dan lama duduk dengan kejadian nyeri punggung bawah pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Andalas angkatan 2019 dan 2020?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara posisi dan lama duduk dengan kejadian nyeri punggung bawah pada mahasiswa Pendidikan Dokter angkatan 2019 dan 2020.

1.3.2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui prevalensi kejadian nyeri punggung bawah pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Andalas angkatan 2019 dan 2020.
- b. Mengetahui hubungan antara posisi duduk dengan kejadian nyeri punggung bawah pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Andalas angkatan 2019 dan 2020.
- c. Mengetahui hubungan antara lama duduk dengan kejadian nyeri punggung bawah pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Andalas angkatan 2019 dan 2020.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Penulis

- a. Mengetahui hubungan antara posisi dan lama waktu duduk dengan kejadian nyeri punggung pada mahasiswa Pendidikan Dokter Universitas Andalas angkatan 2019 dan 2020.
- b. Mendapatkan pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan penelitian.
- c. Sebagai syarat kelulusan sarjana kedokteran Universitas Andalas.

1.4.2 Bagi Institusi

- a. Menjadikan penelitian sebagai bahan evaluasi untuk pembelajaran metode daring.
- b. Meningkatkan eksistensi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas dengan dipublikasikannya penelitian dan menjadi referensi peneliti selanjutnya.

1.4.3 Bagi Masyarakat

- a. Mengetahui hubungan antara posisi dan lama waktu duduk dengan kejadian nyeri punggung bawah.
- b. Mengetahui hal-hal yang mempengaruhi kejadian nyeri punggung bawah dan melakukan pencegahan terhadap hal tersebut.