

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Badan kesehatan dunia atau *World Health Organization* sudah menetapkan Covid-19 sebagai sebuah pandemi karena virus corona yang telah mewabah hampir seluruh dunia dan termasuk negara Indonesia. Pandemi Covid-19 berdampak pada semua sektor termasuk sektor pendidikan mulai dari pendidikan usia dini sampai dengan perguruan tinggi sehingga menteri pendidikan dan kebudayaan republik Indonesia melalui surat edaran no. 4 tahun 2020 yang isinya pelaksanaan proses pembelajaran daring untuk menekan penyebaran virus corona (Sri Gusty, et al., 2020).

Pembelajaran daring merupakan pembelajaran dalam jaringan yang mempertemukan dosen dan mahasiswa untuk melaksanakan interaksi pembelajaran dengan bantuan jaringan internet melalui dunia maya. Dalam melaksanakan pembelajaran daring dan mengakses informasi membutuhkan dukungan elektronik seperti *handphone*, tablet, laptop dan komputer yang terhubung dengan internet. (Meda Yulani, et al., 2020).

Dalam pembelajaran daring mahasiswa harus berhadapan dengan laptop atau *handphone* yang beresiko bagi kesehatan mahasiswa seperti sakit mata, selain itu posisi duduk yang lama di depan laptop atau *handphone* dapat mengalami keluhan musculoskeletal seperti nyeri pada tulang belakang diantaranya nyeri leher, punggung atas, punggung bawah,

tulang ekor, dan gangguan fisik lainnya yang mengganggu konsentrasi dalam belajar mahasiswa (Rondonuwu et al., 2021).

Nyeri punggung bawah yaitu keluhan yang kerap ditemui dalam kehidupan sehari-hari, nyeri punggung bawah berasal dari tulang belakang dan bermanifestasi sebagai otot, saraf atau organ lain yang disebabkan oleh penyakit atau aktivitas fisik yang tidak tepat (Harwanti, et al., 2018). Nyeri yang dirasakan seperti tertusuk-tusuk, terbakar, terlokalisir atau nyeri ringan hingga berat yang dialami sebagai sensasi lokal atau samar adalah masalah kesehatan yang sangat umum dan berbagai ke kelompok umur yang mengeluh (Andatia, 2020). Setidaknya 90% dari populasi pernah menderita nyeri punggung bawah didalam kehidupnya (Amelot et al., 2019). Nyeri punggung bawah memiliki dampak yang dapat menyebabkan berkurangnya produktivitas dan menurunnya prestasi akademik mahasiswa di kampus (Mutiara, 2019). Dampak lain nyeri punggung bawah dalam jangka waktu panjang menyebabkan kelainan struktur tulang, *hernia Nucleous pulposus (HNP)* atau bantalan tulang rawan dari tulang belakang yang menonjol keluar yang mengakibatkan syaraf terjepit, sampai kepada kelumpuhan. (Aini, rusmiati, 2019)

Prevalensi nyeri punggung bawah menurut *global burden of disease study 2017*, angka kejadian penderita nyeri punggung bawah pada tahun 1990 sebesar 377,5 juta dan meningkat menjadi 577 juta di tahun 2017. Menurut Kementerian Kesehatan tahun 2018, prevalensi kejadian nyeri punggung bawah di Indonesia sebesar 18 persen dan akan meningkat dengan

bertambahnya umur. Studi pendidikan dokter fakultas kedokteran Universitas Sriwijaya. Prevalensi nyeri punggung bawah pada mahasiswa juga sangat beragam, penelitian nyeri punggung bawah pada mahasiswa pendidikan dokter di Universitas Sriwijaya 59,4% (Mutiara, 2019), mahasiswa kedokteran di Bali 61,9% (Sanjaya et al.,2019), dan sampai menembus angka 70% pada mahasiswa STIKES di Surabaya (Widjayanti dan Pratiwi,2016)

Prevalensi yang tertera seperti diatas menunjukkan bahwa ada berbagai faktor risiko yang menyebabkan terjadinya nyeri punggung bawah yaitu faktor internal seperti umur, jenis kelamin, indeks massa tubuh (IMT), dan merokok, faktor eksternal seperti posisi duduk dan lama duduk, dan faktor lingkungan fisik seperti getaran (Junelin, 2020).

Posisi duduk dalam jangka waktu yang cukup lama saat pembelajaran daring dan mengerjakan tugas, tidak sedikit dari mahasiswa yang memposisikan tubuhnya dengan posisi yang salah atau buruk saat duduk dan hal ini menyebabkan timbulnya berbagai gangguan pada sistem muskuloskeletal. Dr. Waseem Bashir dari *Department of Radiology and Diagnostic Imaging, dari University of Alberta Hospital, Kanada*, mengatakan duduk dalam posisi anatomis adalah sangat penting, karena jaringan pada tulang belakang terhubung dengan ligamen yang bisa memicu rasa sakit jika posisi tidak sesuai tempatnya, dan bisa berkembang menjadi penyakit yang kronis. Duduk terlalu lama dengan postur tubuh yang buruk bisa menyebabkan ketegangan pada otot dan peregangan ligamen di tulang

belakang, yang dapat menyebabkan tekanan abnormal pada jaringan sehingga menyebabkan nyeri. Diketahui bahwa ligamentum longitudinalis posterior memiliki lapisan paling tipis setinggi L2-L5.. Duduk terlalu lama menyebabkan beban berlebihan dan kerusakan jaringan pada tulang belakang lumbal, dan postur duduk meningkatkan tekanan pada diskus intervertebralis sebesar 30%, mengakibatkan nyeri punggung bawah (Wahyuni, Winaya & Primayanti, 2016).

Hasil penelitian Mutiara di tahun 2019 pada mahasiswa program studi pendidikan dokter fakultas kedokteran Universitas Sriwijaya, keluhan NPB 59,4%, jenis kelamin perempuan 73,4 persen dengan waktu duduk ≥ 7 jam, satu hari sebesar 79,2 persen, posisi duduk yang tidak sesuai sebesar 73,4 persen. Hasil uji *chi-square* yaitu ($P= 0,257 > 0,05$), jenis kelamin ($P= 0,355 > 0,05$), posisi duduk ($P= 0,039 < 0,05$), dan lama duduk ($P= 0,004 < 0,05$). dengan NPB menunjukkan nilai P masing masing menunjukkan ($P= 0,257 > 0,05$), ($P= 0,355 > 0,05$), ($P= 0,039 < 0,05$), dan ($P= 0,004 < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara posisi dan lama duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah pada mahasiswa.

Fenomena yang peneliti dapatkan dilapangan bahwa yang terjadi saat pembelajaran dalam jaringan akibat pademi covid-19 yaitu beberapa mahasiswa keperawatan mengeluh tentang kesehatan fisik salah satunya nyeri pada punggung bagian bawah karena mahasiswa menghabiskan waktu duduk di depan laptop dalam jangka waktu yang cukup lama saat mengikuti pembelajaran daring atau mengerjakan tugas.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada mahasiswa keperawatan di Universitas Bahakti Kencana Bandung. Dilakukan melalui *google form* dengan beberapa pertanyaan yang dibagikan oleh peneliti ke 39 responden. Dari hasil tersebut diketahui sebanyak 34 orang mengalami nyeri punggung bawah saat mengikuti pembelajaran daring. Nyeri tersebut umumnya dialami oleh mahasiswa setelah duduk mengikuti kuliah dan mengerjakan tugas 2-7 jam/ hari selama pembelajaran daring. Posisi duduk mahasiswa saat mengikuti pembelajaran daring, dengan posisi duduk buruk sebanyak 31 orang, posisi duduk baik sebanyak 8 orang dan nyeri punggung bawah tersebut mengganggu mahasiswa saat mengikuti pembelajaran daring. Alasan peneliti memilih mahasiswa keperawatan karena setelah dianalisis melalui stufen ulang didapatkan data terbanyak yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah di fakultas keperawatan. Tempat penelitian di UBK karena dibandingkan dengan Universitas Aisyiyah Bandung karena mahasiswa keperawatan di Universitas Aisyiyah juga melakukan pembelajaran daring tetapi pada saat praktek dilaksanakan di kampus. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Hubungan Posisi Dan Lama Duduk Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Saat Pembelajaran Daring Pada Mahasiswa Fakultas Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan posisi dan lama duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan posisi dan lama duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi gambaran posisi duduk saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana.
2. Untuk mengidentifikasi gambaran lama duduk saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana.
3. Untuk mengidentifikasi gambaran keluhan nyeri punggung bawah saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana.

1. Untuk mengidentifikasi hubungan posisi duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana.
2. Untuk mengidentifikasi hubungan lama duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritik

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan ilmiah keperawatan medikal bedah tentang hubungan posisi dan lama duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana.

1.4.2 Manfaat Praktik

1. Bagi Mahasiswa

Memberikan pengetahuan agar mahasiswa mengubah posisi dan lama duduk saat pembelajaran daring agar mencegah timbulnya keluhan nyeri punggung bawah.

2. Bagi perawat

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi sebagai dasar dalam pengembangan asuhan keperawatan khususnya pada mahasiswa yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah saat pembelajaran daring.

3. Bagi akademik

Sebagai bahan masukan untuk menerapkan posisi dan lama duduk yang benar selama pembelajaran daring agar tidak terjadinya keluhan nyeri punggung bawah dan memberikan edukasi kepada mahasiswa ketika proses pembelajaran daring.

4. Bagi peneliti lain

Sebagai data dasar bagi penelitian lain terkait hubungan posisi dan lama duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah pada mahasiswa saat pembelajaran daring di Universitas Bhakti Kencana, dan untuk peneliti selanjutnya bisa terapkan terapi untuk keluhan nyeri punggung bawah pada mahasiswa.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan posisi dan lama duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana. Jenis penelitian ini ialah deskriptif korelatif dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan kuesioner *Body Awareness Of Postural Habit In Young People* (Q-BAPHYP) untuk mengetahui posisi duduk, kuesioner untuk mengetahui lama duduk dan kuesioner *The Pain and Distress Scale* (William J.K Zung, 1983) untuk mengetahui keluhan nyeri punggung bawah.