

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Badan kesehatan dunia *World Health Organization (WHO)* mengumumkan pada tanggal 11 Maret 2020 bahwa Covid-19 dinyatakan sebagai pandemi. Covid-19 merupakan suatu penyakit yang disebabkan karena virus *SARS-CoV-2*. Virus ini berasal dari Wuhan, Tiongkok dan masuk ke Indonesia pada bulan maret 2020. Pandemi ini menjadi sebuah wabah penyakit sehingga pemerintah mengeluarkan berbagai kebijakan, salah satunya pada bidang pendidikan dan kebudayaan republik Indonesia dengan surat edaran no. 4 tahun 2020 dimana semua pembelajaran dilaksanakan secara online atau disebut dengan daring (Rahmayana, et al., 2020).

Pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang menggunakan jaringan internet dengan *aksesibilitas, konektivitas, fleksibilitas* dan kemampuan untuk memunculkan berbagai jenis interaksi pembelajaran yang dilakukan pendidik dan peserta didik melalui media internet, seperti menggunakan *Zoom, Google Meet* dan lainnya (R. Gilang K., 2020). Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa sistem pembelajaran daring memberikan dampak positif, namun juga ada beberapa dampak negatif selama proses pembelajaran daring, pembelajaran daring ini dapat menimbulkan beberapa dampak pada remaja (Taufik, 2019).

Remaja adalah seseorang yang berusia 13 hingga 19 tahun, rentang usia tersebut remaja mengalami perkembangan dan perubahan yang melibatkan aspek fisik, kognitif, emosional, sosial, dan budaya (Hastuti, Soetikno, Heng, 2020). Remaja menjalani pembelajaran daring, dan terdapat beberapa dampak pada remaja yaitu dampak psikis, dalam dampak ini anak-anak dan remaja mengalami stres yang berkepanjangan, ketakutan akan infeksi, frustrasi, kebosanan, serta informasi yang tidak memadai. Kemudian pada dampak sosial, yang terjadi pada remaja yaitu kurangnya kontak langsung dengan teman sekelas, guru dan teman sehingga menimbulkan rasa bosan, selain itu juga kurangnya ruang pribadi di rumah sehingga menimbulkan kebosanan yang berkelanjutan (R.H Simanullang & P.C Situmorang, 2020).

Dampak fisik saat pembelajaran daring yaitu, remaja harus berhadapan dengan laptop maupun *handphone* dalam waktu yang relatif lama sehingga menimbulkan efek samping diantaranya sakit mata, mata lelah, selain itu juga pada saat daring dapat menambah berat badan karena sering diam di rumah yang cenderung banyak makan dan jarang melakukan olahraga sehingga menimbulkan perubahan pada IMT, posisi duduk yang lama pada saat pembelajaran daring juga mempengaruhi pada nyeri tulang ekor dan dapat mengganggu konsentrasi dalam belajar, berbagai gangguan fisik terutama pada keluhan *low back pain* (Rondonuwu et al, 2021).

Low Back Pain (LBP) merupakan gangguan pada muskuloskeletal dengan kondisi yang tidak nyaman serta ditandai dengan nyeri kronis,

keluhan *Low Back Pain* yang sering kita dengar dialami oleh usia lanjut, tetapi tidak menutup kemungkinan dialami juga oleh usia remaja (Junelin, 2020). Remaja mengalami *Low Back Pain* biasanya disebabkan oleh aktivitas fisik yang jarang disadari oleh remaja, diantaranya yaitu sikap tubuh yang menjadi kebiasaan sehari-hari seperti duduk, berdiri, tidur, mengangkat beban pada posisi yang salah dapat menyebabkan nyeri punggung bawah apalagi selama pembelajaran daring remaja lebih sering menghabiskan waktu dirumah untuk belajar dan kurang beraktivitas keluar rumah dan berolahraga sehingga menyebabkan peningkatan berat badan yang dapat memengaruhi IMT (Lisa, 2018, dalam Nikmah).

Low Back Pain yang terjadi pada remaja kurang lebih 90% dari populasi lansia yang pernah mengalami NPB dalam hidupnya (Amelot et al., 2019). Dampak lain nyeri punggung bawah dalam jangka waktu panjang menyebabkan kelainan struktur tulang, *Hernia Nucleus Pulposus (HNP)* atau bantalan tulang rawan dari tulang belakang yang menonjol keluar yang mengakibatkan syaraf terjepit, sampai kepada kelumpuhan. (Aini & rusmiati, 2019, dalam Araujo, 2021).

Prevalensi *LBP* pada remaja usia 10-13 tahun mencapai persentase 31%, untuk remaja usia 14-16 tahun dengan persentase sebesar 51,9% (Kedra et al., 2019, dalam Fernando, 2021). *LBP* juga dialami oleh remaja ≤ 18 tahun dengan prevalensi sebesar 18% (MacDonald et al., 2017). Selama masa remaja, sekitar 40% usia 9-18 tahun sudah memiliki riwayat *LBP* (Hartvigsen et al., 2018). Prevalensi *LBP* pada remaja adalah suatu

gangguan yang paling sering dikaitkan dengan peningkatan waktu yang dihabiskan untuk aktivitas berbasis teknologi seperti saat pembelajaran daring (Shan et al., 2013, dalam Fernando, 2021). Dampak *LBP* yang ditimbulkan pada remaja yaitu diakibatkan karena ketidakaktifan fisik untuk beraktivitas dan telah dilaporkan kasus yang terjadi yaitu keluhan *musculoskeletal*, terutama *LBP* (Toprak Celenay et al., 2020, dalam Fernando, 2021).

Terdapat berbagai faktor risiko yang menyebabkan *LBP* yaitu diantaranya ada faktor eksternal dan faktor internal, untuk faktor eksternal meliputi posisi duduk, lama duduk, sedangkan dalam faktor eksternal diantaranya yaitu umur, jenis kelamin, merokok dan IMT (Junelin, 2020, dalam Araujo, 2021).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, angka kejadian obesitas sentral pada usia ≥ 15 tahun di Indonesia sebesar 31%. Terdapat peningkatan dari hasil Riskesdas tahun 2013, 26,6% menjadi 31% pada tahun 2018. Peningkatan angka kejadian obesitas ini memengaruhi terjadi karena perubahan gaya hidup dan aktivitas fisik, terutama pada saat terjadinya pandemi dan remaja melaksanakan pembelajaran daring di rumah (Eker et al., 2018). Fenomena yang terjadi dalam penelitian Callista (2020) didapatkan bahwa peningkatan insiden *overweight* dan obesitas serta kurangnya aktivitas fisik meningkatkan angka kejadian keluhan NPB pada remaja yang berpotensi rekuren atau

berkembang menjadi NPB kronik di masa dewasa (Hwang et al., 2019, dalam Calista 2020).

Indeks massa tubuh (IMT) atau disebut juga *Body Mass Indeks (BMI)* merupakan salah satu indikator dalam menentukan kondisi status gizi dengan membandingkan berat badan dan tinggi badan (Kemenkes, 2013, dalam Nurjannah, 2020). Indeks massa tubuh (IMT) merupakan salah satu parameter yang sering digunakan untuk mengukur tingkat kekurangan atau tingkat kelebihan berat badan seseorang. Berat badan dapat dijadikan salah satu ekspresi dari gaya hidup yang berujung obesitas atau malnutrisi. Kelebihan berat badan lebih rentan mengalami resiko *low back pain*, hal ini disebabkan adanya peningkatan tekanan pada tulang belakang terutama pada diskus, struktur tulang belakang yang akhirnya berujung pada herniasi pada diskus lumbalis yang paling rawan terjadi (Noor, 2017, dalam Nurjannah, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Callista (2020) dengan Judul “Hubungan Antara IMT dan Tingkat Disabilitas Pada Remaja Dengan Nyeri Punggung Bawah Di SMA Plus Negeri 17 Palembang” dalam penelitian tersebut terdapat 227 sampel penelitian mendapatkan hasil kejadian NBP yang tinggi dengan 134 (59,0%) sampel yang mengalami NPB. Sebagian besar, 176 (77,5%) sampel memiliki IMT normal. Dari 134 sampel yang mengalami NPB, terdapat 90 (67,2%) yang mengalami disabilitas minimal. Hasil yang didapatkan yaitu terdapat hubungan yang bermakna ($p < 0,001$) antara IMT dan NPB. Terdapat hubungan yang bermakna ($p < 0,05$) antara

IMT dan disabilitas minimal pada remaja yang mengalami NPB. Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Setyaningrum (2014) dengan judul “Hubungan Indeks Massa (IMT) Tubuh Dengan Angka Kejadian *Low Back Pain* di Rsud Dr. Moewardi Surakarta” dengan sampel sebanyak 102 mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan angka kejadian *Low Back Pain* di RSUD Dr. Moewardi Surakarta dengan nilai kemaknaan $p=0,000$. *Overweight* dan obesitas dapat meningkatkan risiko terjadinya *LBP*.

SMP Negeri 2 Pebayuran berada di Jalan Paya Pebayuran, Sumberurip, Kecamatan Pebayuran, Kabupaten Bekasi Jawa Barat. Jumlah siswa dari masing-masing kelas pada tahun ajaran 2021/2022 yaitu kelas VII terdiri 7 ruangan dengan jumlah 233 siswa, kelas VIII terdiri dari 8 ruangan dengan jumlah 287 siswa, dan kelas XI terdiri dari 7 ruangan dengan jumlah 267 siswa dengan total dari semua kelas yaitu sebanyak 787 siswa.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMPN 2 Pebayuran Kabupaten Bekasi kepada 10 remaja yang sudah melakukan pengukuran IMT, didapatkan hasil bahwa terdapat 4 remaja yang mengalami kekurangan berat badan (kurus), remaja tersebut mengatakan bahwa mengalami keluhan nyeri punggung yang ditandai dengan merasa panas pada daerah punggung bagian bawah terutama pada saat pembelajaran daring, merasa kesulitan pada saat membungkukan badan. Terdapat juga 4 remaja yang mengalami berat badan berlebih (gemuk), remaja tersebut mengatakan merasakan kaku, merasa nyeri seperti tertusuk-

tusuk di punggung bagian bawah, dan merasa sulit untuk memutar badan ke kiri dan ke kanan serta merasakan adanya kesemutan pada daerah punggung bawah, hal tersebut dirasakan terutama pada saat pembelajaran daring. Dalam keadaan tertentu juga mengalami kesulitan berdiri tegak, berjalan, dan bergerak dari berdiri ke duduk ataupun sebaliknya. Dari berbagai keluhan remaja yang dirasakan dapat mempengaruhi terhadap proses pembelajaran daring sehingga remaja sulit berkonsentrasi, adanya rasa bosan karena dalam proses pembelajaran daring remaja lebih banyak menghabiskan waktu di rumah dan jarang beraktivitas di luar. Terdapat 2 remaja yang memiliki berat badan ideal, mengatakan hanya sesekali kesemutan saja.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Callista (2020) bahwa terdapat peningkatan insiden *overweight* dan obesitas serta kurangnya aktivitas fisik meningkatkan angka kejadian keluhan *LBP* pada remaja yang berpotensi rekuren atau berkembang menjadi *LBP* kronik di masa dewasa, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap Keluhan *Low Back Pain* Pada Remaja Saat Pembelajaran Daring di SMPN 2 Pebayuran".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah yang muncul adalah “Apakah Terdapat Hubungan Indeks Massa

Tubuh (IMT) Terhadap Keluhan *Low Back Pain* Pada Remaja Saat Pembelajaran Daring Di SMPN 2 Pebayuran Kabupaten Bekasi?''.

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap keluhan *Low Back Pain* pada remaja saat pembelajaran daring di SMPN 2 Pebayuran Kabupaten Bekasi.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) pada remaja saat pembelajaran daring di SMPN 2 Pebayuran Kabupaten Bekasi.
2. Mengidentifikasi gambaran *Low Back Pain* pada remaja saat pembelajaran daring di SMPN 2 Pebayuran Kabupaten Bekasi.
3. Menganalisis hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap keluhan *Low Back Pain* pada remaja saat pembelajaran daring di SMPN 2 Pebayuran Kabupaten Bekasi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dan

memperkaya ilmu keperawatan serta menjadi acuan bagi peneliti selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Universitas Bhakti Kencana

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi mengenai pentingnya hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap keluhan *Low Back Pain* pada remaja saat pembelajaran daring di SMPN 2 Pebayuran Kabupaten Bekasi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penulis berharap dari penelitian ini dapat menjadi data dasar referensi dalam mengembangkan penelitian mengenai IMT terhadap keluhan *low back pain* pada remaja saat pembelajaran daring untuk kedepannya.

3. Bagi SMPN 2 Pebayuran

Manfaat yang diperoleh bagi sekolah yaitu sebagai bahan masukan melalui edukasi untuk mengetahui keluhan *Low Back Pain* saat pembelajaran daring dan memberikan edukasi kepada siswa ketika proses pembelajaran daring.

4. Bagi Perawat Komunitas

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan bagi perawat dalam melakukan promosi kesehatan di SMP Negeri 2 Pebayuran

maupun di lingkungan masyarakat mengenai informasi maupun edukasi pentingnya mencegah keluhan *Low Back Pain*.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah keperawatan medikal bedah, keperawatan komunitas, dan keperawatan anak dengan menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain korelasional dan pendekatan *cross sectional* yang tujuannya untuk mengetahui hubungan IMT terhadap keluhan *Low Back Pain* pada remaja saat pembelajaran daring di SMPN 2 Pebayuran Kabupaten Bekasi dengan Teknik *Stratified Random Sampling*. Analisa data dilakukan dengan metode *Chi Square*. Penelitian ini dilakukan langsung oleh peneliti di SMPN 2 Pebayuran Kabupaten Bekasi pada bulan April 2022 sampai dengan selesai.