

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa pandemi *Covid-19* yang terjadi sejak tahun 2019 telah membuat banyak perubahan. Salah satu perubahannya yaitu mahasiswa dan pelajar diharuskan untuk melakukan segala aktivitas di rumah sehingga dapat mengurangi kontak dengan sesama. Aktivitas yang seharusnya dilakukan di sekolah maupun kampus seperti halnya pembelajaran, ekstrakurikuler, maupun organisasi harus dilakukan secara daring (dalam jaringan).

Mahasiswa mempunyai ciri dengan berbagai kesibukannya di dunia perkuliahan, terutama mahasiswa kedokteran. Mahasiswa kedokteran mempunyai berbagai kegiatan yang dilaksanakan secara daring dan identik dengan adanya jam perkuliahan yang padat dan jam belajar yang tinggi. Segala kegiatan yang seharusnya dilakukan dengan bertatap muka, tetapi dengan adanya pandemi *Covid-19* ini mahasiswa dituntut untuk melakukan segala aktivitasnya di rumah.

Segala aktivitas perkuliahan dilakukan di rumah sehingga dapat mengurangi mobilitas mahasiswa. Hal ini dikarenakan mahasiswa akan cenderung memperhatikan perkuliahan dengan duduk yang dilakukan dengan waktu yang tidak sebentar (Pratiwi, 2021). Waktu duduk yang lama ini dapat berdampak negatif salah satunya adalah kejadian nyeri punggung bawah (Daneshmandi *et al.*, 2017).

Nyeri punggung bawah adalah penyakit yang banyak dijumpai di kalangan masyarakat. Prevalensi nyeri punggung bawah pada tahun 2015 yang dapat membatasi segala aktivitas di dunia mencapai angka 7,3% yang memberikan arti

bahwa terdapat 540 juta orang terkena dampak satu kali pada hidupnya (GBD 2015 Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators, 2016). Nyeri punggung bawah juga penyakit yang sangat umum pada negara maju seperti halnya Jepang (Fujii & Matsudaira, 2013). Jumlah penderita nyeri punggung bawah di Indonesia diperkirakan antara 7,6% sampai 37% (Lailani, 2013).

Nyeri punggung bawah dapat mengenai berbagai usia terutama mahasiswa yang sangat rawan karena adanya pandemi *Covid-19*. Hal ini juga disampaikan oleh penelitian yang dilakukan Anggiat *et al* (2018) bahwa terdapat insidensi yang tinggi pada kejadian nyeri punggung bawah oleh mahasiswa. Mahasiswa kedokteran di Belgrade dengan presentasi 75,8% mengalami kejadian nyeri punggung bawah di beberapa waktu dalam hidupnya (Vujcic *et al.*, 2018). Mahasiswa kedokteran mengalami nyeri punggung bawah dikarenakan adanya tuntutan kurikulum yang menyebabkan mahasiswa kedokteran mengalami stres (Vujcic *et al.*, 2018). Gaya hidup mahasiswa kedokteran yang menetap yang dikerjakan sambil duduk dan dalam waktu yang lama dapat meningkatkan prevalensi nyeri punggung bawah.

Nyeri punggung bawah atau yang lebih sering disebut dengan *Low Back Pain* bukanlah suatu penyakit atau diagnosis namun istilah ini mengacu pada nyeri yang dirasakan pada bagian anatomi yang sering terkena dengan durasi yang bervariasi (Hartvigsen *et al.*, 2018). Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan nyeri punggung bawah, salah satunya yaitu durasi duduk. Hal ini sesuai dengan kesimpulan pada penelitian yang dilakukan oleh Dhammayanthi *et al* (2020) bahwa seseorang yang duduk lebih dari empat jam mempunyai resiko yang tinggi untuk terkena nyeri punggung bawah.

Mahasiswa kedokteran mempunyai waktu untuk kuliah yang tidak sebentar yaitu lebih dari tiga jam sehari. Lamanya jam perkuliahan yang diikuti mahasiswa kedokteran membuat mahasiswa cenderung untuk menghabiskan banyak waktunya dengan duduk saat mengikuti perkuliahannya. Jadwal kuliah mahasiswa kedokteran di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta secara umum dimulai sejak jam delapan pagi hingga jam dua siang. Gambaran jam perkuliahan tersebut, mahasiswa kedokteran mempunyai waktu duduk yang cukup lama dalam melaksanakan perkuliahannya. Selain itu, mahasiswa kedokteran mempunyai jam belajar yang tinggi untuk mempersiapkan segala aktivitasnya di perkuliahan seperti tutorial, praktikum, dan keterampilan. Hal ini, dapat meningkatkan risiko kejadian nyeri punggung bawah pada mahasiswa kedokteran terutama pada pandemi *Covid-19*.

Dalam Islam, terdapat hikmah dalam salah satu firman Allah SWT dimana manusia tidak boleh melakukan hal secara berlebih-lebihan. Firman Allah SWT dalam surat Al A'raf : 31

﴿ يَا بَنِي آدَمَ خُذُوا زِينَتَكُمْ عِنْدَ كُلِّ مَسْجِدٍ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا
وَلَا تُسْرِفُوا إِنَّهُ لَا يُحِبُّ الْمُسْرِفِينَ ﴾

Artinya : Hai anak Adam, pakailah pakaianmu yang indah di setiap (memasuki) mesjid, makan dan minumlah, dan janganlah berlebih-lebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebih-lebihan.

Mahasiswa kedokteran yang sedang menjalankan perkuliahan secara daring memiliki risiko yang tinggi untuk terjadinya kejadian nyeri punggung bawah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan nyeri punggung bawah pada mahasiswa kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dengan durasi lamanya duduk saat menjalankan *online class*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan dengan lamanya durasi duduk saat *online class* dengan kejadian nyeri punggung bawah?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini untuk menentukan hubungan antara lamanya durasi duduk saat *online class* dengan kejadian nyeri punggung bawah pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Menentukan prevalensi nyeri punggung bawah pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.
- b. Menentukan gambaran jenis kelamin terhadap nyeri punggung bawah pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Menambah pengetahuan bagi perkembangan ilmu kedokteran dalam nyeri punggung bawah.
- b. Menambah literatur mengenai nyeri punggung dan dapat sebagai bahan rujukan dalam penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Menentukan hubungan antara lamanya durasi duduk dengan kejadian nyeri punggung bawah pada mahasiswa kedokteran.
- b. Menambah pengetahuan dan pemahaman peneliti dalam bidang kesehatan.
- c. Memberikan informasi kepada pembaca mengenai hubungan durasi lamanya duduk dengan kejadian nyeri punggung bawah.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian dan Penulis	Variabel	Jenis Penelitian	Hasil	Perbedaan dan Persamaan dengan Penelitian yang akan dilakukan
1.	Wijaya <i>et al.</i> , (2019). <i>Hubungan posisi dan lama duduk dengan nyeri punggung bawah pada pemain game online.</i>	a. Variabel independen: Posisi dan lama duduk b. Variabel dependen: Nyeri punggung bawah pada pemain game online.	Analitik kualitatif dengan desain studi <i>cross sectional</i>	57 responden yang lama duduk >4 jam dalam sehari mengalami keluhan nyeri punggung bawah dan 23 responden yang lama duduk ≤4 jam dalam sehari tidak mengalami keluhan nyeri punggung bawah	Perbedaan: a. Tempat pelaksanaan b. Waktu pelaksanaan c. Variable independen dan dependen Persamaan: a. Desain penelitian
2.	Pramana, I.G.B.T., Adiatmika, I.P.G., (2020). <i>Hubungan Posisi dan Lama Duduk dalam Menggunakan Laptop terhadap Keluhan Low Back Pain pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana</i>	a. Variabel Independen: Posisi dan lama duduk dalam menggunakan laptop b. Variabel dependen: Keluhan <i>low back pain</i> pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Udayana	Analitik observasional dengan desain studi <i>cross sectional</i>	Terdapat hubungan antara posisi duduk seseorang dalam menggunakan laptop terhadap terjadinya keluhan nyeri punggung bawah pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Tidak terdapat hubungan antara lama duduk seseorang dalam menggunakan laptop terhadap terjadinya keluhan nyeri punggung bawah pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.	Perbedaan: a. Tempat pelaksanaan b. Waktu pelaksanaan c. Sampel d. Variable independen dan dependen Persamaan: a. Desain penelitian
3.	Wulandari, I.D., (2010). <i>Hubungan Lama dan Sikap Duduk Perkuliahan terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Miogenik pada Mahasiswa Muhammadiyah Surakarta</i>	a. Variabel independen: Lama dan sikap duduk perkuliahan b. Variable dependen: Keluhan nyeri punggung bawah miogenik mahasiswa UMS	Deskriptif korelatif	Ada hubungan antara lama dan sikap duduk perkuliahan terhadap keluhan nyeri punggung bawah miogenik pada mahasiswa program studi D III Fisioterapi Semester IV Fakultas Ilmu Kedokteran UMS.	Perbedaan: a. Tempat pelaksanaan b. Waktu pelaksanaan c. Sampel e. Variable independen dan dependen Persamaan: a. Prevalensi nyeri punggung bawah pada mahasiswa