

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nyeri pinggang merupakan keluhan yang sering dialami oleh mayoritas orang dengan prevalensi 15% sampai 45% dalam satu tahun.¹ Salah satu yang menjadi karakteristik nyeri pinggang pada anak-anak dan dewasa muda adalah tingginya tingkat untuk muncul kembali dan memiliki kecenderungan kembali dengan intensitas yang lebih besar.² Hal ini membuat nyeri pinggang memiliki dampak yang signifikan terhadap keterbatasan aktivitas dan ketidakhadiran dalam pekerjaan.³ Secara keseluruhan, 30,4% kelompok dewasa muda melaporkan mengalami nyeri pinggang dan sepertiga diantaranya mengalami gangguan dalam beraktivitas. Penurunan produktivitas dan biaya tinggi untuk perawatan nyeri pinggang turut berkontribusi kepada meningkatnya beban ekonomi penderita.⁴

Pada kelompok dewasa muda, gaya hidup (aktivitas fisik, beban mekanik) menjadi salah satu faktor risiko yang masih diteliti sampai saat ini.⁵ Penggunaan *backpack* yang berat menjadi salah satu penyebab terjadinya nyeri pinggang dalam beberapa penelitian.^{2,7,8,9} Hal ini dikarenakan penggunaan *backpack* sudah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari anak usia sekolah dan mahasiswa. *America Occupational*

Therapy Association menyatakan bahwa beban *backpack* terkadang melebihi berat yang direkomendasikan yaitu, di bawah 10% dari total berat badan.⁶

Namun beberapa penelitian juga mengemukakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara berat *backpack* dengan terjadinya nyeri pinggang.¹⁰⁻¹² Oleh karena masih adanya kontradiksi tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan antara berat *backpack* dengan terjadinya nyeri pinggang pada mahasiswa Universitas Pelita Harapan.

1.2 Rumusan Masalah

Hubungan antara berat *backpack* dengan terjadinya nyeri pinggang perlu diteliti dikarenakan minimnya jumlah penelitian yang telah dilakukan di Indonesia mengenai hal ini dan beberapa penelitian yang ada masih saling kontradiktif dengan hasil penelitian lainnya.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Adakah hubungan antara berat *backpack* dengan terjadinya nyeri pinggang pada mahasiswa Universitas Pelita Harapan?

1.4 Tujuan Umum dan Khusus

Penelitian ini memiliki tujuan umum:

- 1) Mengetahui hubungan antara berat *backpack* dengan terjadinya nyeri pinggang pada mahasiswa Universitas Pelita Harapan.

Penelitian ini memiliki tujuan khusus:

- 1) Menilai hubungan antara berat *backpack* dengan terjadinya nyeri pinggang pada mahasiswa Universitas Pelita Harapan.

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini memiliki manfaat akademik untuk:

- 1) Menjadi acuan data dari Indonesia untuk penelitian-penelitian berikutnya mengenai *backpack* dengan nyeri pinggang.

Penelitian ini memiliki manfaat praktis untuk:

- 1) Menjadi sumber pengetahuan kepada masyarakat supaya lebih memerhatikan berat *backpack* yang digunakan di usia muda.

