

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Pada Maret 2020, Indonesia mengumumkan kasus Coronavirus disease 2019 (COVID-19) pertama. Hari ini, infeksi virus Corona atau *severe acute respiratory syndrome coronavirus 2* (SARS-CoV-2) sudah menyebar ke semua provinsi di Indonesia. Dengan estimasi 448.000 kasus positif COVID-19 pada saat penulisan, Indonesia adalah negara dengan kasus COVID-19 kedua tertinggi di Asia Tenggara. Pemerintah Indonesia pun telah memberlakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar atau PSBB, dan penerapan *new normal* untuk daerah zona hijau dan kuning, sebagai upaya untuk meminimalisir transmisi virus Corona.

Sebagai bagian dari implementasi pembatasan sosial, sebagian besar lembaga pendidikan ditutup sementara dan kini menyelenggarakan Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ), yang salah satunya merupakan metode belajar dari rumah melalui daring. Menurut UNICEF, hingga pertengahan April 2020, 1,5 miliar anak dari 195 negara di seluruh dunia terkena dampak dari penutupan sekolah akibat pandemi COVID-19.¹ Pembelajaran di rumah secara daring di Indonesia dilaksanakan melalui aplikasi pembelajaran daring yang disediakan Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) maupun aplikasi swasta yang dapat diakses menggunakan gawai.

Penggunaan gawai yang kini menjadi sebuah keharusan untuk tujuan edukasi, ditambah dengan penggunaan gawai untuk hiburan dan sosial media, membuat penggunaan gawai relatif meningkat selama masa pandemi COVID-19 ini. Penggunaan gawai dengan durasi yang berkepanjangan dan disertai dengan postur tubuh yang tidak berubah dapat meningkatkan tonus otot dan resiko nyeri otot atau ketidaknyamanan muskuloskeletal. Ini disebabkan oleh sirkulasi darah yang berkurang akibat posisi statis atau “*static loading*” pengguna gawai yang berujung pada kelelahan dan nyeri.²

Hubungan penggunaan gawai dengan keluhan muskuloskeletal ini telah dilaporkan oleh beberapa jurnal penelitian sebelumnya. Sebuah survey di Korea Selatan menyimpulkan bahwa daerah tubuh yang paling sakit setelah penggunaan *smartphone* adalah bahu, leher, dan punggung.³ Studi *cross-sectional* lain pada populasi siswa di Taiwan juga menemukan bahwa hampir setengah dari peserta mengalami ketidaknyamanan pada leher dan bahu.² Meskipun demikian, studi yang meneliti mengenai hubungan durasi pemakaian gawai dengan gangguan muskuloskeletal pada mahasiswa masih sangat terbatas. Oleh karena itu, peneliti hendak meneliti lebih lanjut terkait masalah ini.

1.2. Perumusan Masalah

Salah satu dampak dari pandemi COVID-19 adalah penutupan sementara dari sekolah-sekolah dan universitas untuk mengurangi

interaksi sosial dan mencegah transmisi dari virus Corona. Kini, menghabiskan banyak waktu untuk mengikuti kelas *online* di depan layar laptop, *smartphone*, maupun tablet merupakan rutinitas bagi siswa di seluruh dunia. Hal ini menjadi perhatian karena beberapa studi telah menunjukkan bahwa posisi tubuh yang statis selama penggunaan gawai dapat berdampak negatif pada fisik pengguna. Sebuah penelitian menyatakan bahwa dari 292 kuesioner yang disebarkan, 55.8% responden melaporkan nyeri pada leher, 54.8% mengalami nyeri pada pundak dan 19.2% mengalami nyeri pada tangan.³ Karena itu, penting untuk meneliti perubahan pola pemakaian gawai sebelum dan selama pembelajaran jarak jauh akibat pandemi COVID-19, serta hubungannya terhadap keluhan gangguan muskuloskeletal pada siswa agar data yang diperoleh dapat menjadi evaluasi serta antisipasi untuk pembelajaran daring kedepannya. Selain itu, penelitian yang meneliti korelasi penggunaan gawai dengan gangguan muskuloskeletal, khususnya pada populasi siswa di Indonesia, masih belum banyak. Oleh karena itu, peneliti hendak melakukan penelitian terhadap perubahan durasi penggunaan gawai sebelum dan selama pandemi COVID-19, serta hubungannya terhadap keluhan gangguan muskuloskeletal.

1.3. Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara perubahan durasi penggunaan gawai dengan gangguan muskuloskeletal pada mahasiswa UPH selama pandemi COVID-19?

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara durasi penggunaan gawai dengan gangguan muskuloskeletal.

1.4.2. Tujuan Khusus

- Untuk mengetahui perubahan durasi penggunaan gawai pada mahasiswa UPH sebelum dan selama pandemi COVID-19.
- Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara perubahan durasi penggunaan gawai dengan gangguan muskuloskeletal sebelum dan selama pandemi COVID-19.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Akademis

Menjadi referensi untuk penelitian lain yang berkaitan dengan hubungan perubahan durasi penggunaan gawai dengan gangguan muskuloskeletal.

1.5.2. Manfaat Praktis

Dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai efek penggunaan gawai terhadap gangguan muskuloskeletal serta menjadi evaluasi terhadap metode pembelajaran daring selama ini.

