

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada saat ini, laptop merupakan salah satu alat elektronik yang banyak digunakan bagi banyak kalangan. Sehingga penggunaan laptop mengalami peningkatan diberbagai bidang salah satunya dibidang pendidikan, khususnya kalangan mahasiswa. Hampir seluruh mahasiswa saat ini menggunakan laptop untuk kegiatan belajar, mengerjakan tugas, berkomunikasi, dan banyak hal lainnya.

Mahasiswa yang menggunakan laptop dengan posisi yang tidak *ergonomis* dan lebih dari 4 jam per hari secara berkala, dapat meningkatkan risiko terjadinya *Musculoskeletal Disorder* (MSDs). Beberapa penelitian menemukan bahwa mahasiswa merupakan mayoritas penggunaan laptop dengan posisi membungkuk kedepan (tidak *ergonomis*) sehingga kasus *musculoskeletal* pada mahasiswa meningkat. Banyak mahasiswa yang mengalami nyeri pada punggung bawah saat menggunakan laptop dalam durasi yang lama dengan posisi statis.

Nyeri punggung bawah adalah salah satu gangguan *muskuloskeletal* yang ditandai dengan adanya nyeri di daerah punggung bawah. Beberapa faktor penyebab nyeri punggung bawah adalah posisi duduk dan durasi duduk. Selain itu faktor lain juga dapat menyebabkan keluhan nyeri punggung bawah, seperti jenis kelamin, kebiasaan merokok, indeks massa tubuh, dan lainnya. Meskipun banyak diketahui faktor penyebabnya namun dalam beberapa kasus nyeri punggung bawah belum juga diketahui penyebabnya.

Nyeri punggung bawah merupakan penyakit yang sangat umum terjadi di seluruh dunia yang dapat memengaruhi kinerja seseorang. Nyeri punggung bawah sering terjadi pada wanita, perokok, dan orang berusia diatas 35 tahun. Sedangkan menurut peneliti Diana Samara (2014), penyebab munculnya nyeri punggung bawah adalah duduk dengan durasi yang lama dan tidak *ergonomis* dengan total kasus pada orang dewasa sebanyak 39,7-60%. Studi oleh Beban Penyakit Global (2010) memperkirakan bahwa nyeri punggung bawah adalah salah satu dari 10 penyakit dan cedera teratas yang menyumbang jumlah DALY (*Disability-Adjusted Life Year*) tertinggi di seluruh dunia. Prevalensi seumur hidup dari nyeri punggung bawah non-spesifik umumnya diperkirakan 60-70% di negara industri (prevalensi satu tahun 15% sampai 45%, kejadian dewasa 5% per tahun).

Lumbar (punggung bawah) adalah bagian dari tulang belakang yang paling sering bermasalah dalam kasus nyeri punggung bawah. Tulang ini berfungsi menopang besarnya berat badan dan tekanan yang dirasakan oleh tulang belakang. *Lumbar* terletak di atas *sacrum* dan dibawah daerah dada. Jika kita duduk dengan posisi membungkuk secara terus menerus, tulang ini akan menopang beban yang lebih berat sehingga tekanan pada tulang ini meningkat dan dapat menyebabkan nyeri pada daerah ini.¹⁹

1.2 Perumusan Masalah

Beberapa penelitian telah mengkaji mengenai hubungan antara penggunaan laptop dengan nyeri punggung bawah. Akan tetapi, sedikit sekali penelitian yang ditemukan yang membahas hubungan penggunaan laptop dengan nyeri punggung bawah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. Oleh karena itu dibutuhkan penelitian lebih lanjut

untuk mengetahui hubungan penggunaan laptop dengan nyeri punggung bawah, khususnya pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara penggunaan laptop dengan nyeri punggung bawah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Penelitian ini untuk mengetahui hubungan penggunaan laptop terhadap nyeri punggung bawah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui hubungan posisi duduk penggunaan laptop terhadap nyeri punggung bawah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
2. Mengetahui hubungan durasi penggunaan laptop terhadap nyeri punggung bawah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
3. Mengetahui hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap nyeri punggung bawah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
4. Mengetahui hubungan jenis kelamin terhadap nyeri punggung bawah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
5. Mengetahui hubungan merokok terhadap nyeri punggung bawah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

1. Menjadi referensi penelitian selanjutnya dan menjadi data baru mengenai hubungan penggunaan laptop terhadap nyeri punggung bawah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
2. Mendapatkan pengetahuan mengenai hubungan penggunaan laptop terhadap nyeri punggung bawah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5.2 Manfaat Praktis

Menjadi sumber edukasi untuk menambah pengetahuan masyarakat dalam memperhatikan pemakaian laptop yang dapat mempengaruhi nyeri punggung bawah.