

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Nyeri punggung bawah (NPB) dapat diartikan sebagai nyeri yang dirasakan pada daerah punggung bawah selama selang waktu yang bervariasi dan telah menjadi sebuah paradigma respon terhadap stimulus eksternal maupun internal.<sup>1</sup> NPB adalah masalah yang umum sekali ditemukan pada kehidupan sehari – hari setiap orang. Pada 5%-10% kasus NPB bersifat kronik yang pada umumnya menyebabkan biaya pengobatan yang tinggi, absen kerja, kesengsaraan pada individu yang terkena, dan juga salah satu alasan pertama untuk seorang individu mencari bantuan medis.<sup>2</sup>

Walaupun adanya heterogenitas pada studi epidemiologi yang membatasi kemampuan untuk membandingkan dan mengumpulkan data, diperkirakan insiden pertama NPB selama 1 tahun diperkirakan berkisar 6,3%-15,4%, sedangkan NPB episodik diperkirakan berkisar 1,5%–36%. Pada fasilitas kesehatan atau studi klinis, episode remisi dalam 1 tahun diperkirakan berkisar 54%-90%. Kebanyakan individu penderita NPB yang membatasi aktivitas akan mengalami rekurensi dengan perkiraan rekurensi dalam 1 tahun berkisar 24%-80%.<sup>3</sup> Dampak yang dapat terjadi saat duduk dalam waktu berkepanjangan mencakup peningkatan beban pada intradiskal, pelemahan struktur *posterior lumbar* dan pengurangan pertukaran metabolik. Beberapa studi sebelumnya menyatakan bahwa duduk dalam waktu berkepanjangan bisa saja merupakan faktor risiko terjadi NPB.<sup>4</sup>

## **1.1. Rumusan Masalah**

Beberapa penelitian telah melakukan pengkajian pada beberapa variabel yang dianggap faktor – faktor pencetus NPB. Dalam variabel tersebut, berada dalam posisi duduk merupakan salah satu faktor pencetus NPB. Walaupun begitu, masih sedikit dilakukan pembahasan spesifik hubungan antar durasi duduk terhadap tingkat keparahan NPB pada penelitian – penelitian tersebut.

## **1.2. Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan beberapa rumusan masalah dapat ditarik sebuah pertanyaan, yaitu:

1. Berapa lama durasi duduk pada mahasiswa/mahasiswi angkatan 2018-2020 Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan (FK UPH)?
2. Berapa tingkat keparahan NPB yang diderita mahasiswa/mahasiswi angkatan 2018-2020 FK UPH?
3. Apakah ada korelasi pada durasi duduk dengan tingkat keparahan NPB pada mahasiswa/mahasiswi angkatan 2018-2020 di FK UPH?

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Tujuan umum yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi antar durasi duduk terhadap tingkat keparahan NPB pada mahasiswa/mahasiswi angkatan 2018-2020 FK UPH.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dalam penelitian ini terdiri dari :

1. Mengetahui tingkat keparahan NPB pada mahasiswa/mahasiswi angkatan 2018-2020 FK UPH.
2. Mengetahui durasi duduk pada mahasiswa/mahasiswi angkatan 2018-2020 FK UPH.
3. Mengetahui korelasi antar durasi duduk dengan tingkat keparahan NPB pada mahasiswa/mahasiswi angkatan 2018-2020 FK UPH setelah dibandingkan terhadap pengaruh indeks massa tubuh, aktivitas fisik, dan jenis kelamin.

### **3.1. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan dapat diperoleh dari penelitian ini mencakup :

1. Manfaat akademik

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian yang membahas NPB pada masa mendatang.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar intervensi kepada mahasiswa/mahasiswi pre-klinik FK UPH yang mengalami NPB agar dapat mengurangi durasi duduk yang berkepanjangan.