

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Zaman sekarang, penggunaan gawai elektronik seperti *smartphone*, Tablet dan laptop mengalami kenaikan terus-menerus. Berdasarkan survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia yang dilakukan sepanjang 2023 ditemukan bahwa terdapat 215.6 juta jiwa penduduk Indonesia yang menggunakan internet dari jumlah penduduk Indonesia sekitar 275.7 juta jiwa. Terdapat kenaikan sebesar 25,97% dari 5 tahun sebelumnya dengan penggunaan internet yang hanya sekitar 171.1 juta jiwa dari jumlah penduduk 264,1 juta jiwa. Pada data survei *multiple answer*, dijelaskan bahwa penggunaan internet berdasarkan jenis perangkat yang digunakan yaitu sebanyak 214.5 juta jiwa (99.51%) mengakses internet melalui perangkat ponsel dan Tablet, dan sebanyak 15.9 juta jiwa (7.37%) mengakses internet melalui perangkat komputer dan laptop.¹ Jika dihitung berdasarkan jenis pekerjaan, pelajar dan mahasiswa merupakan penetrasi internet tertinggi di Indonesia dengan persentase mencapai 98.88%, diikuti oleh Ibu Rumah Tangga yang mencapai 77.85%, dan pekerja dengan tingkat penetrasi internet sebesar 84.72%.^{1,2}

Penggunaan gawai untuk mengakses internet digunakan untuk melakukan kegiatan sehari-hari, seperti mengakses sosial media, informasi atau berita, untuk melakukan pembelajaran atau pekerjaan, untuk mengakses layanan publik, dan lain-lain, sehingga durasi penggunaan gawai tiap individu berbeda. Berdasarkan

data survei, sekitar 14.4 juta (6.68%) individu menggunakan gawai dengan durasi kurang dari 1 jam, 137.4 juta (63.74%) individu menggunakan gawai dengan durasi 1-5 jam, 48.3 juta (22.44%) individu menggunakan gawai dengan durasi 6-10 jam, dan 15.3 juta (7.14%) individu menggunakan gawai dengan durasi lebih dari 10 jam.¹ Namun, penggunaan gawai tidak selalu memberikan dampak positif. Dalam penelitian sebelumnya, didapatkan bahwa penggunaan gawai secara berlebihan dapat menyebabkan gangguan pada kesehatan fisik.³ Keparahan gangguan fisik ini, atau sering disebut sebagai *Occupational Overuse Syndrome*, biasanya bergantung pada intensitas penggunaan gawai secara berlebihan, terutama yang tidak ergonomis. Gangguan yang paling umum terjadi akibat penggunaan gawai yang berlebihan, yaitu *Cervical Pain Syndrome (CPS)*, *Mouse Shoulder (MS)*, dan *Carpal Tunnel Syndrome (CTS)*. Dari ketiga gangguan fisik tersebut, Sindrom Terowongan Karpal (*Carpal Tunnel Syndrome*) merupakan gangguan yang paling sering terjadi.⁴

Sindrom Terowongan Karpal adalah kumpulan tanda klinis yang disebabkan oleh adanya kompresi dari saraf *medianus*, yang ditandai dengan munculnya kesemutan, mati rasa, rasa terbakar, atau nyeri pada 2 dari 3 jari yang dipersarafi oleh saraf *medianus* (yaitu ibu jari, jari telunjuk, dan jari tengah). Faktor risiko dari Sindrom Terowongan Karpal meliputi aktivitas pergelangan tangan yang repetitif, diabetes, obesitas, kehamilan, peradangan reumatoid, hipotiroidisme, dan keturunan genetik.⁶ Penggunaan gawai dalam jangka panjang, terutama dengan posisi tangan yang tidak ergonomis, dapat meningkatkan risiko terjadinya Sindrom Terowongan Karpal. Hubungan intensitas penggunaan gawai

dengan kejadian Sindrom Terowongan Karpal ini telah dilaporkan oleh beberapa jurnal penelitian sebelumnya. Pada studi *cross-sectional* oleh mahasiswa Fakultas Keperawatan di Sulawesi menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan internet dengan gejala Sindrom Terowongan Karpal.^{3,5} Tetapi pada studi *cross-sectional* terhadap siswa di SMA Negeri 1 Semarang, Klungkung, Bali, pada bulan Juli 2022 menemukan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara intensitas penggunaan internet dengan gejala Sindrom Terowongan Karpal.⁴⁶

Dari penelitian-penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan gadget secara berlebihan dengan kejadian STK.^{3,5} Akan tetapi, penelitian mengenai topik ini di daerah Tangerang masih belum ada. Selain itu, penggunaan gawai oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran tergolong tinggi dalam kegiatan rutinitas akademis mahasiswa dan penggunaan *e-book* untuk belajar dan mengerjakan tugas.^{7,8} Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti secara lebih rinci hubungan antara intensitas penggunaan gawai dan kemungkinan kejadian Sindrom Terowongan Karpal di kalangan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.2. Perumusan Masalah

Tingkat penggunaan gawai semakin meningkat dari tahun ke tahun, khususnya di kalangan mahasiswa, yang merupakan kelompok pengguna gawai tertinggi di Indonesia. Oleh karena itu, peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai hubungan antara intensitas penggunaan gawai dengan

kejadian Sindrom Terowongan Karpal pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.3. Pertanyaan Penelitian

- a. Apakah terdapat hubungan antara intensitas penggunaan gawai dengan kejadian Sindrom Terowongan Karpal pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?
- b. Apakah terdapat perbedaan antara jenis gawai yang digunakan dalam intensitas waktu tertentu dengan kejadian Sindrom Terowongan Karpal?

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara intensitas penggunaan gawai dengan kejadian Sindrom Terowongan Karpal pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4.2. Tujuan Khusus

Untuk mengetahui hubungan antara jenis gawai yang digunakan dalam intensitas waktu tertentu dengan kejadian Sindrom Terowongan Karpal.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Akademik

- a. Untuk memberikan gambaran tentang hubungan intensitas penggunaan gawai dengan kejadian Sindrom Terowongan Karpal pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Pelita Harapan.

- b. Untuk dapat menjadi referensi untuk penelitian berikutnya.

1.5.2. Manfaat Praktis

- a. Untuk meningkatkan kesadaran pembaca mengenai dampak dari penggunaan gawai yang berlebihan terhadap kesehatan pergelangan tangan, sehingga pembaca dapat mencegah risiko dan dampak terkait Sindrom Terowongan Karpal.
- b. Memberikan informasi mengenai intensitas penggunaan gawai yang dapat meningkatkan risiko terjadinya Sindrom Terowongan Karpal.

