

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Masa dewasa madya yang juga disebut sebagai masa transisi merupakan masa yang dalam suatu waktu akan dihadapi oleh semua individu (Kurniasari, 2017). Usia dewasa madya merupakan masa seseorang memasuki usia 30–60 tahun (Saswati dan Harkomah, 2019). Kehidupan pada usia dewasa madya dituntut atas tanggung jawab yang lebih besar seperti memberi asuhan baik kepada usia yang lebih muda dan orang tua yang berada di usia lanjut (>60 tahun) serta memiliki tanggung jawab secara finansial. Penelitian menunjukkan bahwa puncak produktivitas dapat ditemui pada dewasa madya di usia 40–45 tahun. Di saat yang bersamaan, usia dewasa madya ditandai dengan adanya perubahan baik secara fisik maupun psikologis (Lachman, 2011).

Nyeri punggung bawah merupakan salah satu keluhan yang tidak hanya dialami oleh orang dengan usia lanjut namun juga dapat ditemui pada semua kategori usia termasuk usia dewasa produktif. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa NPB merupakan keluhan musculoskeletal terbanyak dan penyebab paling sering kehidupan dengan disabilitas dengan prevalensi yang berkisar antara 20%–33% pada seluruh pasien dengan keluhan nyeri muskuloskeletal di dunia (World Health Organization, 2019). Penelitian di Amerika Serikat menunjukkan bahwa nyeri punggung bawah dapat ditemui pada satu dari tiga orang dewasa dengan usia di bawah 65 tahun setiap tahunnya yang menunjukkan bahwa usia dewasa madya (30–60 tahun) termasuk rentan terhadap nyeri punggung bawah. (Bone and Joint Initiative USA, 2016).

Nyeri punggung bawah (NPB) merupakan rasa nyeri dan tidak nyaman yang dirasakan di bawah batas inferior tulang kosta dan di atas lipatan gluteal inferior dengan atau tanpa rasa nyeri pada kaki. Terdapat banyak faktor resiko yang dapat mempengaruhi insidens dan prevalensi NPB pada usia dewasa madya. Faktor-faktor ini dapat dibagi menjadi 3 faktor utama yaitu; faktor individu, pekerjaan dan

psikososial. Usia, jenis kelamin, indeks massa tubuh, riwayat penyakit keluarga, kebiasaan merokok serta konsumsi alkohol dapat dikategorikan sebagai faktor resiko individu (Şimşek et al., 2017).

Indeks massa tubuh (IMT) merupakan salah satu faktor resiko individu terjadinya NPB. Heuch (2013) menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara IMT dengan resiko terjadinya NPB. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa obesitas dan *overweight* merupakan faktor predisposisi terjadinya NPB kronik (Heuch et al., 2013). Faktor sosiodemografik yang meliputi baik faktor individu maupun gaya hidup seperti usia, indeks massa tubuh tinggi, sudah menikah, jenis kelamin perempuan serta kurangnya rutinitas olahraga juga merupakan faktor resiko nyeri punggung bawah (Şimşek et al., 2017).

Usia dewasa madya juga rentan terhadap berbagai *stressor* psikososial akibat banyaknya peran dan tuntutan yang dimiliki dalam masa dewasa madya (Lachman, 2011). Penelitian menunjukkan bahwa faktor psikososial memiliki pengaruh 14–63% terhadap nyeri punggung bawah seperti stres di tempat bekerja dan tuntutan pekerjaan yang tinggi (Diallo et al., 2019). Studi yang dilakukan di RSUP dr Kariadi Semarang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara terjadinya stres dengan intensitas nyeri pada pasien nyeri punggung bawah (Arumsari et al., 2016).

Nyeri punggung bawah juga dapat dikaitkan dengan faktor resiko pekerjaan dimana 11–80% dari faktor tersebut terlibat dalam faktor ergonomis seperti duduk terlalu lama, mengangkat beban, serta membungkuk (Diallo et al., 2019). Aktivitas yang dilakukan sambil duduk atau berdiri dalam satu posisi yang sama dalam kurun waktu yang lama dapat meningkatkan resiko terjadinya cedera (Reilly, 2020). Hasil penelitian menunjukkan bahwa bekerja sambil berdiri atau duduk lebih dari 4 jam dapat meningkatkan resiko terjadinya nyeri punggung bawah (Şimşek et al., 2017). Studi yang dilakukan oleh Yang menunjukkan bahwa jam kerja berlebihan juga dapat meningkatkan faktor resiko NPB. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa wanita dengan jam kerja 41–45 jam per minggu memiliki resiko NPB lebih tinggi (Yang et al., 2016).

Nyeri punggung bawah merupakan kondisi patologis penyebab utama terjadinya keterbatasan aktivitas dan mempengaruhi produktivitas pasien secara global. Hal ini mengakibatkan beban ekonomi yang meningkat pada individu, keluarga, perusahaan serta pemerintah. Walaupun jumlah mortalitas yang diakibatkan tidak terlalu bermakna, namun NPB mempengaruhi YLD (*Years Lived with Disability*) dan meningkat seiring peningkatan usia. (Doualla et al., 2019). Salah satu penelitian menunjukkan adanya peningkatan prevalensi nyeri punggung bawah pada usia dewasa (18–54 tahun) di dunia dengan angka *point prevalence* sekitar 12% dan prevalensi periode 1 tahun sekitar 38% dan insidens NPB tertinggi pada usia 35–54 tahun (Manchikanti et al., 2014).

Belum ada data epidemiologi mengenai nyeri punggung bawah di Indonesia namun diperkirakan angka prevalensi NPB berkisar antara 7,6% hingga 37% dengan puncak prevalensi pada kelompok usia 45–60 tahun (Astuti et al., 2019; Safarina dan Dewi, 2018). Salah satu penelitian terkait prevalensi NPB di Jatinangor menunjukkan bahwa usia produktif (18–65 tahun) merupakan populasi usia dengan prevalensi nyeri punggung bawah tertinggi. Insidens NPB meningkat mulai usia 30 hingga 59 tahun dan mengalami penurunan sedikit pada usia 60 tahun. Hal ini dapat disebabkan aktivitas fisik dalam lingkup kerja yang lebih berat pada usia produktif serta tuntutan pekerjaan untuk berada dalam posisi tubuh tertentu dalam beberapa waktu (Novitasari et al., 2016).

Walaupun berbagai penelitian telah meneliti insidensi, prevalensi serta faktor resiko NPB pada usia dewasa madya, masih sedikit penelitian yang telah dilakukan terkait prevalensi dan faktor resiko tersebut terutama pada usia dewasa madya di Indonesia. Selain itu, nyeri punggung bawah dapat menyebabkan kerugian ekonomi yang cukup besar dan berdampak pada penurunan produktivitas pada penderitanya (Safarina dan Dewi, 2018). Oleh karena itu, identifikasi faktor resiko baik *modifiable* maupun *non-modifiable* penting untuk dilakukan untuk mencegah terjadinya NPB (Ganesan et al., 2017).

Berdasarkan alasan tersebut di atas, untuk menentukan faktor yang berpengaruh terhadap kejadian NPB serta memberikan data terkait prevalensi NPB

pada usia dewasa madya khususnya di Jakarta dan sekitarnya, maka peneliti melakukan penelitian ini untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bawah pada usia dewasa madya di Jakarta dan sekitarnya tahun 2020.

I.2 Rumusan Masalah

Berapa prevalensi NPB pada usia dewasa madya dan apakah terdapat hubungan antara faktor usia, jenis kelamin, status pendidikan, status perkawinan, kebiasaan merokok, indeks massa tubuh, olahraga fisik, durasi kerja harian, masa bekerja, lama duduk, lama berdiri serta skala stres terhadap nyeri punggung bawah pada usia dewasa madya di Jakarta dan sekitarnya tahun 2020?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bawah pada usia dewasa madya di Jakarta dan sekitarnya tahun 2020.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden usia dewasa madya di Jakarta dan sekitarnya dengan NPB dan tanpa NPB tahun 2020.
- b. Mengetahui hubungan antara karakteristik demografis responden dengan kejadian NPB pada usia dewasa madya di Jakarta dan sekitarnya tahun 2020.
- c. Mengetahui hubungan antara skala stres dengan kejadian NPB pada usia dewasa madya di Jakarta dan sekitarnya tahun 2020.
- d. Mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh dengan kejadian NPB pada usia dewasa madya di Jakarta dan sekitarnya tahun 2020.
- e. Mengetahui hubungan antara faktor terkait pekerjaan dengan kejadian NPB pada usia dewasa madya di Jakarta dan sekitarnya tahun 2020.
- f. Mengetahui faktor yang paling dominan berhubungan dengan NPB pada usia dewasa madya di Jakarta dan sekitarnya tahun 2020.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah mengenai faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bawah pada usia dewasa madya di Jakarta dan sekitarnya tahun 2020 sehingga dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan studi terkait faktor yang berhubungan dengan NPB pada usia dewasa madya.

I.4.2 Manfaat Praktis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk:

a. Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi terkait faktor yang mempengaruhi NPB sehingga responden memiliki pengetahuan serta kesadaran untuk mencegah terjadinya NPB

b. Pemerintah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi pemerintah Jakarta dan sekitarnya terkait faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bawah pada usia dewasa madya di Jakarta dan sekitarnya sehingga dapat lebih ditingkatkan lagi edukasi dan intervensi terhadap nyeri punggung bawah pada usia dewasa madya di Jakarta dan sekitarnya.

c. Universitas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah daftar kepustakaan di universitas dan dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bawah.

d. Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan peneliti mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri punggung bawah pada usia dewasa madya serta sebagai syarat kelulusan bagi peneliti.