

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **I.1 Latar Belakang**

Pandemi yang terjadi di seluruh dunia mengakibatkan terhambatnya berbagai sektor, salah satunya pendidikan. Kemendikbud mengeluarkan Surat Edaran no.15 tahun 2020 mengenai pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran *coronavirus disease* (COVID-19) maka ditetapkan sistem pembelajaran diberlakukan berdasarkan protokol penanganan COVID-19 dari rumah melalui pembelajaran jarak jauh (PJJ) daring.

Adanya situasi tersebut menyebabkan mahasiswa melaksanakan kegiatan perkuliahan dari rumah melalui daring. Mahasiswa kedokteran terbiasa melaksanakan kegiatan perkuliahan di kampus sepanjang hari, namun saat ini terpaksa melakukan semuanya di rumah. Kegiatan perkuliahan daring, belajar mandiri, dan mengerjakan tugas dilakukan dengan menggunakan laptop. Terlebih lagi saat ini mahasiswa kedokteran angkatan 2017 sedang mengerjakan tugas skripsi sehingga membutuhkan waktu ekstra untuk duduk depan laptop.

Mahasiswa sering menggunakan laptop dengan postur yang kurang baik yaitu posisi membungkuk ke depan, terlalu condong ke kanan atau ke kiri. (Wahyuningtyas, 2019). Postur tubuh yang kurang baik dapat menyebabkan tubuh menjadi tidak simetris mengakibatkan distribusi beban menjadi tidak merata dan mengakibatkan penurunan stabilitas tubuh dan fleksibilitas gerakan. Hal ini memungkinkan terjadi risiko cedera atau gangguan muskuloskeletal. (Supartono, 2016) Selain itu, perkuliahan daring mengakibatkan waktu menggunakan laptop menjadi lebih lama. Posisi duduk yang statis dengan waktu yang terlalu lama mengakibatkan posisi leher yang sama terus menerus sehingga mengakibatkan tegangan otot sekitar leher dan bahu sehingga mengakibatkan nyeri leher (Lestari, 2015) Jika ukuran layar laptop lebih kecil, level mata dapat menjadi lebih rendah

sehingga kepala dan tubuh juga membungkuk ke depan untuk mendapatkan visual yang terbaik. (Octaviani, 2007).

Kepala yang fleksi terus menerus dapat mengakibatkan peningkatan aktivitas dan peregangan berlebihan dari otot *extensor cervical*, *trapezius* bagian atas, otot *erector spinae*, otot *rhomboideus*, *levator scapulae*, *supraspinatus*, dan *infraspinatus* sehingga dapat menimbulkan nyeri (Touma, 2020)

Nyeri leher merupakan salah satu dari nyeri muskuloskeletal. Gangguan muskuloskeletal adalah gangguan yang diakibatkan oleh trauma pada otot, syaraf, tendon, sendi, kartilago, atau spinal. Nyeri leher adalah nyeri yang berasal dari regio superior oleh garis nuchal superior, lateral oleh margin lateral leher, dan inferior oleh garis imajiner transversal sampai processus spinosus T1. Nyeri leher dibagi menjadi bagian atas dan bawah dengan batasannya adalah garis imajiner pada C4. (Bogduk, 2011). Nyeri leher dapat berasal dari berbagai struktur anatomis seperti jaringan lunak paraspinal, sendi intervertebral, kompresi pada korda spinal dan saraf dan nyeri alih visceral. (Kelley&Firestein's, 2017).

Nyeri leher menjadi gangguan muskuloskeletal yang terjadi seluruh dunia dengan prevalensi cukup besar yaitu 61-71%. Prevalensi nyeri leher cukup tinggi pada usia dewasa muda dan memuncak pada usia pertengahan 35-49 tahun. Beberapa studi menunjukkan bahwa nyeri leher lebih sering dialami wanita dibanding pria dengan prevalensi rata-rata wanita sebesar 27,2% dan pria 17,4%. Selain itu, pekerjaan yang paling banyak mengakibatkan keluhan nyeri leher adalah pekerja yang menggunakan komputer, pekerja kantoran, operator, dan tenaga kesehatan (Hoy, 2010).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Octaviani (2007), penggunaan laptop cukup tinggi dalam waktu yang lama di kalangan mahasiswa FKM UI memiliki risiko keluhan kesehatan yang diakibatkan penggunaan laptop, didapatkan paling banyak adalah keluhan di leher. Pada penelitian Lestari (2015), ditemukan hubungan antara faktor risiko pada penggunaan laptop dengan nyeri leher pada mahasiswa ilmu kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta. Pada penelitian

Wicaksono (2016) yang dilakukan pada mahasiswa arsitektur Universitas Diponegoro, 91,7% mengalami keluhan pada muskuloskeletal yang diakibatkan penggunaan laptop, paling banyak bahu dan leher.

Menurut hasil pra penelitian dilakukan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta angkatan 2017 dengan menggunakan *google form*, didapatkan 34 responden dengan hasil 19 orang mengalami nyeri leher selama kegiatan PJJ berlangsung. Adanya hasil tersebut mengakibatkan menarik minat peneliti untuk meneliti lebih lanjut terhadap mahasiswa kedokteran pada universitas lain di DKI Jakarta dikarenakan jadwal PJJ dan pembuatan skripsi dalam jangka waktu yang sama. Peneliti juga memilih mahasiswa fakultas kedokteran dikarenakan ingin mengetahui dampak PJJ dari komunitas peneliti sendiri yaitu jurusan kedokteran dan terbatasnya pula aksesibilitas dikarenakan pandemi.

## **I.2 Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, apakah terdapat efek postur, lama duduk, dan ukuran laptop saat penggunaan laptop terhadap nyeri leher pada Mahasiswa Kedokteran angkatan 2017 di DKI Jakarta selama kegiatan pembelajaran daring.

## **I.3 Tujuan Penelitian**

### **I.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui efek postur, lama duduk, dan ukuran laptop saat penggunaan laptop terhadap nyeri leher pada Mahasiswa Kedokteran angkatan 2017 di DKI Jakarta selama kegiatan pembelajaran daring

### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran umum mengenai nyeri leher pada mahasiswa kedokteran angkatan 2017 di DKI Jakarta selama pembelajaran daring
- b. Mengetahui gambaran umum faktor risiko nyeri leher pada mahasiswa
- c. Mengetahui efek postur duduk saat penggunaan laptop terhadap nyeri leher atas dan bawah
- d. Mengetahui efek lama duduk saat penggunaan laptop terhadap nyeri leher atas dan bawah
- e. Mengetahui efek ukuran laptop saat penggunaan laptop terhadap nyeri leher atas dan bawah

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai adanya efek postur duduk, lama duduk, dan ukuran laptop terhadap nyeri leher selama pembelajaran daring di masa pandemi COVID 19, serta menjadi salah satu referensi dampak pandemi COVID 19 dalam ilmu kedokteran terutama dalam lingkup departemen anatomi.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

##### **a. Bagi responden**

Mendapat pengetahuan mengenai risiko nyeri leher pada penggunaan laptop selama pembelajaran daring.

##### **b. Bagi Institusi Pendidikan**

Memberikan informasi mengenai postur duduk, lama duduk, dan ukuran laptop saat penggunaan laptop selama pembelajaran daring terhadap nyeri leher pada Mahasiswa Kedokteran angkatan 2017 di DKI Jakarta.

**c. Bagi Instansi Kesehatan**

Memberikan informasi ilmiah mengenai yang berkaitan terhadap kesalahan ergonomis khususnya postur duduk, lama duduk, dan ukuran laptop saat penggunaan laptop pembelajaran daring terhadap nyeri leher pada Mahasiswa Kedokteran angkatan 2017 di DKI Jakarta.

**d. Bagi peneliti**

Meningkatkan wawasan mengenai kesalahan ergonomis khususnya postur duduk, lama duduk, dan ukuran laptop saat penggunaan laptop yang berpengaruh terhadap sistem anatomis manusia yang memicu terjadinya nyeri leher pada Mahasiswa Kedokteran angkatan 2017 di DKI Jakarta selama kegiatan pembelajaran daring.