

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Saat ini dunia sedang mengalami krisis dengan munculnya virus baru yang mematikan. Banyak sekali masyarakat dunia menjadi korban akibat terinfeksi virus ini, yang kita kenal dengan *Coronavirus/Covid-19*. *Coronavirus* merupakan suatu kelompok virus yang dapat ditularkan pada manusia dan hewan, beberapa jenis *coronavirus* menyerang saluran pernafasan pada manusia (World Health Organization (WHO), 2020). *Coronavirus* jenis baru yang ditemukan di Wuhan, China pada akhir 2019 menyebabkan penyakit *COVID-19*. penyakit ini merupakan salah satu yang menimbulkan kematian tertinggi di dunia (WHO, 2020).

Penyebaran yang sangat cepat dan menimbulkan banyak korban inilah yang menyebabkan pemerintah di berbagai negara menetapkan sebuah ketentuan baru yaitu menerapkan *lockdown*, dimana masyarakat dilarang untuk beraktivitas seperti biasa guna untuk meminimalisir dari penyebaran *Covid-19*. Dan dalam ketentuan baru tersebut masyarakat harus melakukan seluruh aktivitas di dalam rumah dan memberlakukan *work from home*, yang mana masyarakat harus melaksanakan seluruh kegiatan seperti sekolah, bekerja dan beraktivitas hanya di rumah saja.

Kebijakan-kebijakan tersebut menimbulkan dampak yang cukup signifikan bagi masyarakat dan telah merubah pola hidup masyarakat, salah satunya perubahan sistem pembelajaran yang awalnya dilakukan secara tatap muka sekarang menjadi pembelajaran online. Hal tersebut berdampak cukup besar sehingga mempengaruhi kehidupan peserta didik dan pengajar (Livana dkk., 2020).

Salah satu dampak pembelajaran online, yaitu menimbulkan keluhan MSDs. Penelitian pada siswa SMK TI Bali, diketahui adanya keluhan MSDs. Area punggung merupakan area keluhan terbanyak sebesar 59,83. Sedangkan area kaki kiri merupakan area yang jarang dikeluhkan oleh siswa sebesar 6,84% (Kabella dkk., 2018). Penelitian pada mahasiswa Sam Ratulangi, didapatkan bahwa 76,5%

terdapat keluhan MSDs (*Mosculoskeletal Disorder*) dan sebesar 23,5% tidak adanya keluhan MSDs (Batara & Wungouw, 2021).

Penyakit MSDs adalah keluhan pada sistem skeletal karena beban kerja statis dengan waktu yang lama sehingga menyebabkan ketidaknyamanan atau nyeri dibagian tertentu (McPhee dkk., 2010). MSDs ditandai dengan dengan nyeri, kesemutan, terbakar, gelisah, mati rasa, kram, kaku, dan lainnya (Kuswana, 2014). Bagian tubuh yang sering dirasakan nyeri/sakit, yaitu pada area tangan, lengan, leher, dan punggung bawah (Tarwaka, 2015).

Gangguan MSDs secara garis besar berdampak pada kesehatan dan kerugian finansial. Dampak pada kesehatan secara umum terbagi menjadi 3 kelompok, yaitu cidera pada tangan, cidera bahu dan leher, dan cidera pada punggung dan lutut (NIOSH, 2007). Sedangkan kerugian finansial, meliputi produktivitas menurun, tingkat absen meningkat, penurunan kualitas, dan kerugian biaya pengobatan (Fuady, 2013).

Faktor yang menyebabkan MSDs yaitu: usia, jenis kelamin, kebiasaan merokok, kesegaran jasmani, kekuatan fisik, dan IMT (Hartono & Soewardi, 2019). Usia merupakan salah satu faktor resiko terjadinya keluhan MSDs sebab pertambahan usia membuat kekuatan dan ketahanan otot menurun sehingga risiko terjadinya keluhan otot meningkat (Tarwaka, 2015). Kemampuan otot laki – laki lebih tinggi dibandingkan perempuan sehingga perempuan lebih berisiko mengalami keluhan MSDs (Andini, 2015). IMT memiliki pengaruh terhadap keluhan MSDs meskipun dengan taraf yang relatif kecil (Tarwaka, 2014). Olahraga atau peregangan diperkirakan mampu mengurangi keluhan MSDs yang mungkin terjadi kepada orang-orang yang melakukan tugas statis dan berulang. Aspek psikososial berkontribusi tinggi terhadap adanya frekuensi nyeri punggung bawah (Duthey, 2013). Durasi duduk menjadi salah satu faktor munculnya keluhan MSDs ,semakin lama durasi kerjanya maka akan semakin besar risiko merasakan gangguan MSDs (Icsal, 2016). Posisi duduk yang tidak ergonomis membuat berubahnya lekukkan tulang belakang sehingga memicu keluhan MSDs (Pratiwi dkk., 2017).

Berdasarkan studi pendahuluan pada siswa SMAN 20 Jakarta dengan metode wawancara didapatkan 7 dari 10 anak mengeluhkan gejala MSDs setelah

Rosa Septiani, 2021

HUBUNGAN FAKTOR INDIVIDU, DURASI DUDUK, DAN POSISI DUDUK TERHADAP KELUHAN MOSKULOSKELETAL DISORDER SISWA SMAN 20 JAKARTA SELAMA PEMBELAJARAN ONLINE DIMASA PANDEMI

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]

pembelajaran selesai. SMAN 20 Jakarta melakukan pembelajaran online dari rumah dengan waktu 8 jam/hari setiap hari senin sampai jumat. Masa pandemi yang mewajibkan pembelajaran online ini belum dapat diperkirakan kapan berakhirnya, sehingga apabila faktor risiko MSDs pada siswa tidak diperhatikan maka akan mengganggu produktivitas dan kesehatan siswa. berdasarkan studi pendahuluan di SMAN 20 Jakarta menunjukkan bahwa pembelajaran online yang sekarang diterapkan dapat menimbulkan resiko keluhan MSDS karena pendidik dan peserta didik mau tidak mau harus duduk menatap gadget dengan durasi yang cukup lama, dimana hal tersebut menambah durasi duduk tiap harinya, ditambah tidak semua orang memiliki meja dan kursi yang dapat mendukung berjalannya pembelajaran online. Sejalan dengan penelitian maharani, bahwa sebesar 42% responen hanya duduk dilantai saat bekerja atau belajar dirumah dan sebesar 67,3% responden mengalami MSDs (Maharani dkk., 2021). Hal tersebut dapat memicu timbulnya keluhan MSDS.

Oleh karena itu diperlukannya penelitian untuk mengidentifikasi kejadian MSDs dan faktor-faktor yang mempengaruhinya pada siswa SMAN 20 Jakarta selama pembelajaran online di masa pandemi. Berdasarkan paparan permasalahan di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “hubungan antara faktor individu, durasi duduk, dan posisi duduk terhadap keluhan MSDs pada siswa SMAN 20 Jakarta selama pembelajaran online di masa pandemi”

I.2 Rumusan Masalah

Masalah MSDs adalah faktor-faktor yang menyebabkan berkurangnya produksi, berkurangnya durasi kerja, peningkatan biaya medis dan material, meningkatnya ketidakhadiran, kualitas kerja yang buruk, cedera dan tegang otot, serta peningkatan risiko kecelakaan kerja. Berdasarkan hasil studi pendahuluan diketahui bahwa durasi duduk siswa SMAN 20 Jakarta ketika melaksanakan pembelajaran online selama 2-8 jam/hari dengan posisi duduk yang kurang ergonomis. Keadaan tersebut menimbulkan nyeri punggung, pinggang dan beberapa bagian lainnya yang menyebabkan rasa tidak nyaman atau mengganggu siswa dalam melakukan pembelajaran dan aktivitas lainnya. Maka dari itu, rumusan masalah pada penelitian ini yaitu hubungan faktor individu, durasi duduk,

dan posisi duduk dengan keluhan MSDs pada siswa SMAN 20 Jakarta selama pembelajaran online dimasa pandemi.

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara faktor individu, durasi duduk, dan posisi duduk terhadap keluhan MSDS pada siswa SMAN 20 Jakarta selama pembelajaran online dimasa pandemi.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran keluhan MSDs, faktor individu (usia, jenis kelamin, IMT, kebiasaan olahraga, dan psikologis), durasi duduk, dan posisi duduk pada siswa SMAN 20 Jakarta selama pembelajaran online dimasa pandemi.
- b. Mengetahui hubungan antara faktor individu (usia, jenis kelamin, IMT, kebiasaan olahraga, dan psikologis) terhadap keluhan MSDs pada siswa SMAN 20 Jakarta selama pembelajaran online dimasa pandemi.
- c. Mengetahui hubungan antara durasi duduk terhadap keluhan MSDs pada siswa SMAN 20 Jakarta selama pembelajaran online dimasa pandemi.
- d. Mengetahui hubungan antara posisi duduk terhadap keluhan MSDs pada siswa SMAN 20 Jakarta selama pembelajaran online dimasa pandemi.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memperkaya sumber keilmuan terkait hubungan faktor individu, durasi duduk, dan posisi duduk dengan keluhan MSDs pada siswa SMAN 20 Jakarta selama pembelajaran online di masa pandemi.

I.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Responden

Penelitian ini bisa menjadi masukan bagi responden terkait hubungan faktor individu, durasi duduk, dan posisi duduk terhadap keluhan MSDs

serta bisa memperluas wawasan siswa tentang posisi duduk yang ergonomis , sehingga siswa mampu melakukan upaya pencegahan dan meminimalisir terjadinya keluhan MSDs yang dapat mengganggu produktivitas siswa.

b. Bagi Institusi Penelitian

Penelitian ini bisa dijadikan acuan informasi bagi institusi mengenai dampak pembelajaran online terutama bagi keluhan MSDs dan menjadi landasan untuk membuat evaluasi program pembelajaran online.

c. Bagi Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Hasil penelitian ini bisa dimanfaatkan sebagai bahan referensi tambahan bagi program studi Kesehatan Masyarakat Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta dan bagi penelitian serupa ataupun penelitian lanjutan

d. Bagi Peneliti

Dari sudut pandang akademis penelitian ini berguna untuk meningkatkan pengetahuan dan wawasan dalam memahami hubungan faktor individu, durasi duduk, dan posisi duduk terhadap keluhan MSDs serta menambah pengalaman sebagai peneliti.

I.5 Ruang Lingkup

Penelitian ini mengkaji tentang hubungan karakteristik individu, durasi duduk, dan posisi duduk terhadap keluhan MSDs Siswa SMAN 20 Jakarta selama pembelajaran online di masa pandemi. Penelitian ini dilakukan pada bulan Maret-Juli 2021. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 10 dan 11 SMAN 20 Jakarta. Penelitian ini dilakukan karena pembelajaran online yang dilaksanakan menyebabkan bertambahnya durasi duduk bagi pendidik dan peserta didik dan posisi belajar yang tidak ergonomis berpotensi menimbulkan keluhan MSDs. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian analitik kuantitatif dengan desain potong lintang (*cross sectional*). Instrument yang digunakan pada penelitian ini berupa kuesioner *Nordic Body Maps* dan *Perceived Stress Scale* yang disebar melalui google form. Penelitian ini menggunakan uji *Chi Square* untuk mengukur hubungan faktor individu, durasi duduk, dan posisi duduk.

Rosa Septiani, 2021

HUBUNGAN FAKTOR INDIVIDU, DURASI DUDUK, DAN POSISI DUDUK TERHADAP KELUHAN MOSKULOSKELETAL DISORDER SISWA SMAN 20 JAKARTA SELAMA PEMBELAJARAN ONLINE DIMASA PANDEMI

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]