

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan salah satu hal yang penting bagi perkembangan banyak anak muda di seluruh dunia. Berbagai manfaat seperti peningkatan fisik, psikologis, dan kesehatan sosial bisa diasosiasikan dengan keikutsertaan seseorang dalam olahraga yang terstruktur (Ferguson et al., 2019). Olahraga dapat memberikan efek positif dan negatif terhadap kesehatan. Aktivitas fisik atau olahraga dapat bermanfaat untuk kesehatan pada anak muda dan orang tua melalui pengembangan psikososial. Sedangkan efek negatif dari olahraga antara lain adalah pola makan terganggu, ketidaknyamanan saluran pencernaan akibat latihan, *burnout*, dan resiko cedera (Malm et al., 2019).

Basket adalah olahraga dinamis yang memerlukan stamina untuk berlari mengelilingi lapangan dengan gerakan-gerakan seperti melompat yang membutuhkan kontraksi otot. Ketahanan otot dapat terlatih dengan aktivitas tersebut (Logan et al., 2020). Selain itu olahraga basket juga dapat meningkatkan *fundamental movement skills* (FMS) seperti *speed*, *agility*, *endurance*, *flexibility*, *power*, dan *motor coordination* (DiFiori et al., 2018). Olahraga basket apabila tidak diikuti dengan pengembangan *fundamental movement skills* (FMS) yang mumpuni, maka akan meningkatkan kemungkinan cedera.

Meskipun basket dianggap sebagai olahraga dengan tingkat cedera yang kecil, tidak menutup kemungkinan dapat terjadi cedera pada level kompetitif tertentu (McKeag, 2003). Eksistensi cedera merupakan masalah yang cukup signifikan pada pemain basket remaja (Owoeye, Emery, et al., 2020). Cedera pada pemain basket remaja berpengaruh pada jangka pendek dan jangka panjang terhadap kesehatan. Salah satunya adalah kemungkinan timbul *post-traumatic osteoarthritis* pada lutut dan *ankle* setelah terjadinya cedera pada daerah yang sama bertahun-tahun sebelumnya (Owoeye, Ghali, et al., 2020). Selain cedera akibat *post-traumatic osteoarthritis* pada lutut dan *ankle*, cedera pada *lower extremity* di bagian yang lain juga dapat terjadi. Cedera *lower extremity* secara umum lebih

banyak terjadi pada pemain basket putri daripada pemain basket putra (Tummala et al., 2018). Terdapat penelitian *systematic review* pada tahun 2018 mengenai epidemiologi *lower extremity injuries* pada pemain basket di Amerika Serikat, Brazil, Perancis, dan Nigeria. Dengan 50,2% pada perempuan dan 49,8% pada laki-laki dari 7906 responden, perempuan lebih banyak mengalami cedera pada anggota gerak bagian bawah daripada laki-laki (Andreoli et al., 2018). Disamping itu, pola permainan setiap individu juga sangat mempengaruhi tingkat cedera tersebut (Zynda et al., 2020).

Akibat dari cedera pada *lower extremity* tersebut dapat menimbulkan komplikasi terhadap bagian tubuh lain seperti kelainan postur dan nyeri pada punggung bawah (Yabe et al., 2020a). Kelainan pada punggung bawah dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti abnormalitas pada *hamstring*, *quadriceps*, *tendinopathy*, dan *calf strain* (McClinton et al., 2018). *Low back pain* merupakan masalah umum pada atlet khususnya pemain basket. Selain itu, terdapat korelasi antara *low back pain* menahun di usia tua dengan *low back pain* yang terjadi saat usia muda (Pasanen et al., 2016).

Terdapat beberapa penyebab terjadinya *low back pain* yang diantaranya adalah kebiasaan merokok pada laki-laki. Sedangkan penyebab *low back pain* pada perempuan sering diasosiasikan dengan aktivitas mengangkat beban yang berat dan posisi duduk yang tidak ergonomis (Bento et al., 2020). *Global Burden of Disease* (GBD) melakukan survey terhadap 291 kondisi kesehatan dan *low back pain* menduduki peringkat ke-enam dalam hal beban penyakit global yang diukur dengan *Disability Adjusted Life Years*. *Low back pain* secara umum lebih sering terjadi pada laki-laki (10,1%) daripada perempuan (8,7%) (Bento et al., 2020). Pada penelitian *cross-sectional* yang dilakukan terhadap 452 atlet pria yang berpartisipasi dalam olimpiade olahraga, didapatkan hasil bahwa 34 (65,38%) dari 52 atlet basket pernah mengalami *low back pain* selama mereka bermain basket (Farahbakhsh et al., 2018).

Berdasarkan paparan latar belakang yang tersebut diatas maka penulis merumuskan masalah penelitian “Hubungan *Lower Extremity Pain* terhadap *Low Back Pain* pada Pemain Basket Amatir Usia 17-23 Tahun”.

I.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi menjadi beberapa masalah sebagai berikut:

- a. Prevalensi *low back pain* dengan *lower extremity pain* pada pemain basket amatir usia 17-23 tahun.
- b. Pengaruh *lower extremity pain* terhadap *low back pain* pada pemain basket amatir usia 17-23 tahun.

I.3 Rumusan Masalah

Rumusan Masalah yang didapat pada penelitian ini adalah bagaimana hubungan *lower extremity pain* terhadap *low back pain* pada pemain basket amatir usia 17-23 tahun?

I.4 Tujuan Penulisan

Berdasarkan rumusan masalah yang telah disebutkan di atas, maka didapatkan tujuan umum dan tujuan khusus.

I.4.1 Tujuan Umum

Untuk menambah pengetahuan mengenai hubungan *lower extremity pain* terhadap *low back pain* pada pemain basket amatir usia 17-23 tahun.

I.4.2 Tujuan Khusus

Untuk mengetahui hubungan *lower extremity pain* terhadap *low back pain* pada pemain basket amatir usia 17-23 tahun.

I.5 Manfaat Penelitian

I.5.1 Manfaat untuk Penulis

- a. Dapat menerapkan ilmu yang diperoleh dari hasil penelitian dan digunakan untuk kemajuan ilmu pengetahuan di bidang Fisioterapi.
- b. Meningkatkan wawasan hubungan *lower extremity pain* terhadap *low back pain* pada pemain basket amatir usia 17-23 tahun.

I.5.2 Manfaat untuk Masyarakat

- a. Dapat memberikan edukasi tentang ilmu fisioterapi kepada masyarakat agar wawasan kesehatan bertambah luas.
- b. Masyarakat dapat mengetahui prevalensi *low back pain* yang diakibatkan *lower extremity pain* pada pemain basket amatir usia 17-23 tahun.

I.5.3 Manfaat untuk Universitas

- a. Dapat berkontribusi dalam hal penelitian di bidang ilmu Fisioterapi.

Menjadi salah satu syarat untuk menyelesaikan studi Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.