

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Orang tua mengira bahwa nyeri punggung hanya dapat dirasakan oleh orang yang cukup umur saja, namun nyeri punggung pula dapat dirasakan oleh anak-anak dan remaja. Seiring bertambahnya usia peningkatan nyeri punggung pada anak akan meningkat dan rasa nyeri ini akan terbiasa dialaminya.

Nyeri punggung adalah salah satu kasus muskuloskeletal, nyeri yang dialami berupa nyeri tumpul ataupun tajam pada daerah punggung yang bersifat lokal maupun radikuler ataupun keduanya, rasa nyeri tersebut terletak diantara sudut iga terbawah hingga lipatan pinggul bawah, nyeri bisa menjalar sampai kearah tungkai serta kaki (Manda Sub Jakaria Koteng; Jacob M. Ratu; Noorce Christiani Berek., 2019).

Prevalensi nyeri punggung di wilayah barat 36,2-57,9% dan di wilayah asia 36,8-69,7% (Ismaningsih et al., 2019). Sedangkan data nyeri punggung di Indonesia belum diketahui secara pasti, namun diperkirakan antara 7,6% sampai 37% dari total penduduk di Indonesia (Lisa, 2018). Nyeri punggung pada anak meningkat seiring dengan bertambahnya usia: 1% pada usia 7 tahun, 6% pada usia 10 tahun, dan 18% pada usia 14 hingga 16 tahun (MacDonald et al., 2017).

Berkembangnya dunia pembelajaran menuntut anak untuk aktif dalam aktivitas belajar disekolah. Sehingga memiliki dampak yang signifikan pada barang bawaan yang hendak dibawa kesekolah. Apabila beban tas terlalu berat maka akan berdampak kurang baik terhadap tubuh yang bisa mengakibatkan cidera pada jaringan lunak, tulang ataupun saraf apabila terus menerus dilakukan (Haidar, R., Widjasena, B., 2015).

Pada anak sekolah berat tas yang digunakan tidak boleh lebih dari 10% berat badan. Karena akan menekan otot, ligament serta tendon sehingga menyebabkan perubahan postur tubuh, nyeri punggung, nyeri leher, sakit kepala dan kesemutan.

Kondisi ini terjadi apabila pada usia pertumbuhan tulang sering mendapatkan beban berat (Widjasena, 2017). Semakin lama anak membawa tas dengan beban yang berat, maka anak tersebut akan mengalami ketegangan dan stress yang dialami oleh tubuhnya (Abaraogu et al., 2020).

Edukasi yang disampaikan oleh pihak sekolah ataupun orang tua sangat diperlukan dalam keadaan seperti ini, agar anak paham tentang kesehatan pada tubuhnya yang masih dalam proses pertumbuhan (Widjasena, 2017).

Dari penjelasan diatas, saya sebagai penulis tertarik untuk mengkaji mengenai salah satu gangguan muskuloskeletal pada anak sekolah. Karena tidak semua sekolah memperhatikan ergonomi yang baik. Anak masih dalam proses pertumbuhan sehingga rentan terkena gangguan muskuloskeletal salah satunya adalah nyeri punggung.

Penulis ingin mencari tahu apakah terdapatnya ikatan antara berat tas dengan nyeri punggung anak sekolah, maka penulis memutuskan untuk membuat suatu penulisan yang berjudul **“Hubungan antara Berat Tas dengan Nyeri Punggung Anak Sekolah Usia 6 – 13 tahun : Literature Review.”**

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah di jabarkan diatas maka dirumuskan sebuah masalah yaitu “Apakah terdapat hubungan antara berat tas dengan nyeri punggung anak sekolah usia 6 – 13 tahun?”

I.3 Tujuan Penulisan

I.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan berat tas dengan terjadinya nyeri punggung pada anak sekolah menggunakan *literature review*.

I.3.2 Tujuan Khusus

Untuk menganalisa apakah terdapat hubungan berat tas dengan terjadinya nyeri punggung pada anak sekolah

I.4 Manfaat Penulisan

I.4.1 Bagi Penulis

Untuk menambahkan pengetahuan, menambah pengalaman dan pemahaman mengenai hubungan berat tas sekolah terhadap nyeri punggung.

I.4.2 Bagi Institusi

Untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan membagikan informasi tentang dampak penggunaan tas sekolah yang berat terhadap nyeri punggung.

I.4.3 Bagi Masyarakat

Untuk membagikan informasi serta pengetahuan kepada masyarakat mengenai dampak penggunaan tas sekolah yang berat terhadap terjadinya nyeri punggung.