

BAB I

PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang

Low back pain (LBP) atau yang sering dikenal sebagai nyeri punggung bawah (NBP) adalah sindroma klinik yang ditandai dengan gejala utama nyeri atau perasaan lain yang tidak enak di daerah tulang punggung bagian bawah (Basuki, 2009). Faktor resiko LBP terjadi karena kegiatan fisik yang berat, angkat beban, posisi membungkuk dan memutar punggung, dan olahraga ekstrim (Picavet & Schuit, 2003). Data epidemiologik menyebutkan, faktor risiko LBP adalah bertambahnya usia, kebugaran yang buruk, kondisi kesehatan yang jelek, masalah psikologik dan psikososial, merokok, kecanduan obat, nyeri kepala, skoliosis mayor (kurva lebih dari 80°) serta faktor fisik yang berhubungan dengan pekerjaan seperti duduk dan mengemudi, mengemudi truk, duduk aatau berdiri berjam-jam (posisi tubuh kerja yang statik), getaran, mengangkat, membawa beban, menarik beban, membungkuk dan memutar (Mahadewa, Maliawan, 2009). Penyebab paling sering dari LBP adalah hernia nukleus pulposus (HNP), namun sulit dipastikan karena pada saat serangan akut biasanya menghilang tiba-tiba dan pada LBP kronik ditandai faktor fisiologi (Rowland, Pedley, 2010).

Salah satu faktor risiko nyeri punggung bawah sangat berkaitan dengan aktivitas fisik yang berat, misalnya tugas TNI Angkatan Darat (AD). Kegiatan yang dilakukan oleh anggota TNI AD, seperti melakukan penerjunan menggunakan parasut, dan membawa ransel berat di punggung juga sangat berpengaruh terhadap faktor risiko terjadinya nyeri punggung bawah. Karena beban yang diterima tubuh apabila terlalu berat akan memberikan penekanan yang lebih pada tulang belakang, khususnya penekanan pada diskus vertebra yang sangat beresiko terjadinya nyeri punggung bawah. Selain itu kondisi lingkungan yang sering dihadapi oleh TNI AD yang berat dan sering berubah secara bermakna yang sangat mempengaruhi kondisi fisik anggota TNI AD. Dikarenakan aktivitas fisik, tugas, dan kondisi lingkungan yang berat yang dihadapi oleh anggota TNI AD, maka saya memilih anggota TNI AD sebagai subjek penelitian. TNI AD adalah bagian dari Tentara Nasional Indonesia, yang dipimpin oleh

Kepala Staf TNI Angkatan Darat (KSAD). Dalam menjalankan tugas, anggota TNI AD termasuk kelompok yang aktif dalam kegiatan fisik maupun non fisik. Tugas pokok TNI AD adalah menjaga serangan dari luar ataupun dalam yang mengancam keamanan dan keselamatan wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia, maka anggota TNI AD dituntut selalu dalam kondisi sehat serta kesamaptaan yang prima. Melihat pentingnya tugas dari TNI AD terhadap pertahanan Negara Kesatuan Republik Indonesia, maka sangat penting untuk mengetahui kejadian-kejadian yang dapat menurunkan angka produktivitas TNI AD (KODAM, 2009).

LBP sering dijumpai dalam kehidupan sehari-hari dan diperkirakan 70-85% di dunia pernah mengalami episode ini selama hidupnya. Lebih dari 70% manusia dalam hidupnya pernah mengalami LBP, dengan rata-rata puncak kejadian berusia 35-55 tahun (Basuki, 2009). Prevalensi LBP di Amerika Serikat dalam satu tahun berkisar antara 15-20% sedangkan insidensi berdasarkan kunjungan pasien baru ke dokter adalah 14,3%. Data di Indonesia menyebutkan sekitar 40% penduduk Jawa Tengah berusia di atas 65 tahun pernah menderita nyeri punggung dan prevalensinya pada laki-laki 18,2% dan pada wanita 13,6%. Prevalensi ini meningkat sesuai dengan meningkatnya usia berdasarkan kunjungan pasien ke beberapa rumah sakit di Indonesia berkisar antara 3-17% (Mahadewa, Maliawan, 2009).

Rasa sakit pada daerah anatomi sekitar punggung bawah yang disebabkan nyeri punggung bawah dengan durasi berbeda-beda akibat respon terhadap rangsangan eksternal maupun internal. Rasa sakit disebabkan karena kebiasaan pada sikap tegak manusia yang tergantung pada lekukan normal tulang belakang. Obesitas dan kehamilan tahap lanjut menghasilkan beban yang berat dan dapat mengubah kelengkungan tulang belakang dan mengakibatkan nyeri punggung (Ehrlich, 2003). Menurut kode diagnosis ICD – 10 (ICD 10 : M54.5), LBP merupakan salah satu diagnosis sebuah penyakit.

Penelitian yang dilakukan Purnamasari, Gunarso, dan Rujito pada tahun 2010 di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo, Purwokerto menunjukkan adanya hubungan antara *overweight* dengan risiko terjadinya LBP. Hasil serupa didapatkan oleh penelitian yang dilakukan Pirade, Angliadi, dan Sengkey tahun

2012, didapatkan adanya hubungan antara posisi dan lama duduk terhadap LBP. Hasil berbeda didapatkan pada penelitian yang dilakukan Basuki tahun 2009 di Makassar. Penelitian ini menunjukkan tidak adanya hubungan antara umur dan obesitas dengan risiko LBP. Penelitian ini mendapatkan adanya hubungan antara olahraga dan stres kerja dengan risiko LBP dengan nilai korelasi kuat.

LBP merupakan kasus terbanyak ke-2 di RSPAD setelah stroke. Data pasien bulan february 2014 menunjukkan sebanyak 35,6% pasien LBP merupakan anggota TNI AD dan sejumlah 64,4% pasien LBP adalah sipil. RSPAD merupakan salah satu rumah sakit TNI untuk berobat, akibat serangkaian aktivitas fisik yang berat yang meningkatkan risiko terjadinya LBP. Faktor lain terjadinya LBP adalah usia dan indek massa tubuh (IMT).

Berdasarkan uraian di atas peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul hubungan antara usia, aktivitas fisik, dan indeks massa tubuh dengan nyeri punggung bawah pada anggota TNI AD di Rumah Sakit Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto, Jakarta.

I.2. Perumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara usia, aktivitas fisik, dan indeks massa tubuh terhadap kejadian LBP pada anggota TNI AD?

I.3. Tujuan Penelitian

I.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara usia, aktivitas fisik, dan indeks massa tubuh dengan nyeri punggung bawah pada anggota TNI AD di Rumah Sakit Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto Periode April 2014.

I.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui hubungan antara usia dengan LBP pada anggota TNI AD di Rumah Sakit Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto Periode April 2014.
- b. Mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan LBP pada anggota TNI AD di Rumah Sakit Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto Periode April 2014.

- c. Mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh dengan LBP pada anggota TNI AD di Rumah Sakit Pusat Angkatan Darat Gatot Soebroto Periode April 2014.

I.4. Manfaat Penelitian

I.4.1. Manfaat bagi Masyarakat

Mendapatkan informasi tentang nyeri punggung bawah dan dapat menerapkan untuk mengurangi faktor risiko terjadinya LBP.

I.4.2. Manfaat bagi instansi terkait

- a. Diharapkan mampu memberikan informasi terhadap instansi TNI AD mengenai hubungan nyeri punggung bawah (NPB) dengan faktor risiko yang dimiliki.
- b. Diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu sumber informasi bagi instansi TNI AD dalam upaya pencegahan dan penanganan masalah NPB untuk mengurangi penurunan produktivitas kerja.

I.4.3. Manfaat bagi penulis

Mendapat pengalaman dan pengetahuan tentang kesehatan matra darat, nyeri punggung bawah serta metodologi penelitian di lapangan dan mempraktekkan program metode penelitian dan olah data sesuai dengan program pembelajaran yang telah diberikan oleh tim *Community Research Programme (CRP)*.