

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Seiring dengan terjadinya pada masa modern serta dengan adanya peningkatan teknologi, sebagian masyarakat *modern* sering menikmati waktu serta aktivitasnya dengan duduk didepan layar *smartphone*. Sebagian kalangan masyarakat menggunakan *smartphone* sebagai salah satu alat teknologi dan komunikasi. Penggunaan *smartphone* diperlukan di semua bidang, tanpa terkecuali termasuk pendidikan dan kesehatan, tanpa terlepas dari pemanfaatan teknologi. Salah satu kelemahan penggunaan teknologi untuk kesehatan adalah postur tubuh yang buruk. Penggunaan *smartphone* dalam waktu lama dapat menyebabkan penggunaan berulang pada otot tertentu, yang menyebabkan kerusakan otot dan kerusakan kumulatif akibat cedera leher dan bahu akut.

Jumlah para pengguna *smartphone* di penjuru dunia semakin meningkat dari tahun ke tahunnya. Diperkirakan akan ada 2 miliar pengguna aktif *smartphone* di seluruh dunia pada tahun 2016. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa sering menggunakan produk teknologi seperti komputer dan *smartphone* dapat meningkatkan risiko sakit leher. (Pusat Data Ekonomi dan Bisnis Indonesia (2019) 'Pengguna *Smartphone* di Indonesia 2016-2019', Katadata.co.id, p. 2019).

Posisi *smartphone* sangat berpengaruh terhadap nyeri leher. Nyeri leher dapat di definisikan adanya nyeri yang dimulai oksipital dan meluas ke punggung bagian atas dan dapat meluas hingga ke scapula. Nyeri leher pada pengguna *smartphone* dapat menyebabkan ketidaknyamanan, mempengaruhi kualitas hidup seseorang, serta mengurangi aktivitas kerja individu karena peralatan digunakan untuk waktu cukup yang lama sehingga kondisi leher berada dalam posisi yang tidak banyak gerakan.

Nyeri leher akibat dari penggunaan *smartphone* secara *offer* dapat menyebabkan otot leher mengalami kontraksi berlebihan dan menjadi tegang, sehingga membuat leher semakin lelah dan untuk melakukan gerakan fungsional leher seperti menekuk, memutar dan memutar kepala, ada kemungkinan terganggu. (Trisnowiyanto, 2017).

Beberapa faktor risiko yang dapat menyebabkan *Musculoskeletal disorder*, disebabkan oleh kondisi fisik, kondisi biomekanik, serta kondisi dari masing-masing individu. Postur tubuh, gerakan yang berulang, kekuatan yang dikeluarkan, durasi, frekuensi, dan vibrasi merupakan bentuk dari faktor fisik dan biomekanik. Sedangkan, untuk jenis kelamin, usia, dan IMT merupakan faktor individu.

Menurut (Darmawan et al., 2020) *Musculoskeletal disorder* adalah suatu gangguan dan cedera yang dapat mengganggu sistem *musculoskeletal* dan fungsional pada tubuh manusia. Pada bagian leher, bahu, dan jari tangan merupakan gangguan MSd pada ekstremitas atas yang sering dikeluhkan dan terjadi.

Insiden keluhan *muskuloskeletal* pada leher lebih tinggi sebab posisi saat menggunakan *smartphone* kurang ergonomis seperti membungkukan badan dan leher pada saat duduk. Dengan posisi seperti ini tidak disarankan untuk dipertahankan dalam waktu yang cukup lama. (Simamora and Ningsih, 2020).

Pada saat duduk dengan postur kepala yang salah, posisi kepala yang menunduk secara repetitif dalam waktu tertentu akan menimbulkan cedera pada tulang leher maupun gangguan otot di sekitar leher sehingga menyebabkan terjadinya nyeri leher. Gangguan muskuloskeletal terjadi ketika bagian tubuh dipaksa untuk bekerja lebih keras yang lebih daripada fungsinya. Tingkat keparahan dari dampak gangguan atau cedera yang terjadi berbeda-beda tergantung dari penyebabnya.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan pertanyaan yaitu apakah ada “Hubungan antara posisi duduk saat penggunaan *smartphone* dengan timbulnya nyeri leher pada Pegawai Kementerian Luar Negeri?”

I.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah ingin menggambarkan apakah ada hubungan antara penggunaan *smartphone* dan pegawai Kementerian Luar Negeri dengan kondisi nyeri pada leher.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Penulis

Manfaat bagi penulis untuk menambah pengetahuan serta kemampuan dalam mengidentifikasi masalah, menganalisa, mengambil keputusan, dan meningkatkan pemahaman penulis terhadap hubungan antara penggunaan *smartphone* dengan nyeri leher pada pegawai Kementerian Luar Negeri.

I.4.2 Bagi Institusi

Manfaat bagi institusi sebagai upaya kontribusi bagi akademik referensi dalam pengembangan ilmu, pengetahuan, analisa, dan identifikasi masalah dari pemahaman penulis.

I.4.3 Bagi Masyarakat

Manfaat bagi masyarakat sebagai media dalam memberikan informasi dan wawasan mengenai hasil dari penelitian terkait hubungan antara penggunaan *smartphone* dengan nyeri leher pada pegawai Kementerian Luar Negeri.