

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Nyeri leher didefinisikan sebagai nyeri yang dirasakan dari pangkal tengkorak (*occiput*) hingga ke bagian atas punggung dan meluas secara lateral ke batas luar superior pada tulang scapula (Green, 2008). Nyeri leher merupakan masalah kesehatan pada masyarakat modern. Sebuah studi menunjukkan prevalensi nyeri muskuloskeletal pada leher di masyarakat selama 1 tahun besarnya 40% dan prevalensi ini lebih tinggi pada wanita (Samara, 2007).

Prevalensi nyeri leher pada masyarakat untuk semua usia dilaporkan lebih dari 70% sampai dengan 80%. Nyeri leher pada orang dewasa berkisar antara 12,1% sampai 71,5% setiap tahun. Nyeri leher dan bahu pada remaja meningkat setiap minggunya dari 17% menjadi 28% (Green, 2008).

Nyeri leher dapat terjadi akibat dari sebuah kebiasaan atau pekerjaan yang dilakukan dalam postur yang salah dalam waktu yang lama dan berulang sehingga menimbulkan rasa nyeri. Gejala-gejala yang disertai otot leher dan sendi kaku, dapat membuat aktivitas sehari-hari yang paling sederhana terasa menyakitkan (Misailidou *et al.*, 2010).

Postur tubuh yang dapat menyebabkan nyeri leher salah satunya adalah *Forward Head Posture* (FHP). FHP merupakan keadaan ketika tulang vertebra membentuk kurva ke depan sehingga posisi kepala lebih cenderung ke depan untuk menjaga keseimbangan tubuh (Lee dan Seo, 2014). FHP menyebabkan peningkatan beban yang ditahan oleh otot pada bagian leher sehingga dapat menyebabkan nyeri leher (Park *et al.*, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Setiawati dkk (2018) pada pengemudi taksi, menyatakan bahwa pada posisi FHP akan meningkatkan risiko terjadinya nyeri tengkuk.

FHP dapat dengan mudah dijumpai pada lansia dan pasien gangguan postur tulang belakang seperti kyphosis dan scoliosis, namun dengan semakin populernya *gadget* seperti laptop dan *smartphone*, FHP juga dapat dengan mudah dijumpai pada remaja dan dewasa muda (Dieter *et al.*, 2004).

Smartphone merupakan salah perangkat yang merupakan hasil dari perkembangan teknologi informasi dengan berbagai kemampuan yaitu seperti *internet communication*, penerimaan informasi, video, *e-commerce* dan kemampuan lainnya (Lee *et al.*, 2015). Berdasarkan riset yang dilakukan oleh lembaga riset digital *marketing emarketer* memperkirakan bahwa pengguna aktif *smartphone* di Indonesia berjumlah 100 juta jiwa, hal ini akan membawa Indonesia menjadi negara dengan pengguna aktif *smartphone* terbesar keempat di dunia (Kementrian Komunikasi dan Informatika RI, 2015). Berdasarkan survey yang dilakukan oleh Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2017, menyatakan jumlah pengguna internet tertinggi yaitu pada usia 19 – 34 tahun dengan persentase sebesar 49,52% dengan angka kepemilikan *smartphone* yang tinggi yaitu 50,08%. Lembaga survei Nielsen (2014) melakukan sebuah survei yang berjudul “*Nielsen on Device Meter*” yang menunjukkan hasil bahwa durasi penggunaan rata-rata *smartphone* masyarakat Indonesia berkisar selama 189 menit per hari atau setara dengan 3 jam. Hal tersebut menunjukkan tingkat intensitas yang tinggi (Sulistyaningtyas, 2012).

Smartphone memberikan kemudahan dalam mengakses segala macam informasi sehingga menjadikan seseorang tidak dapat dipisahkan dengan kebiasaan menggunakan *smartphone*. Ditinjau dari hasil pengamatan penelitian oleh Ningsih (2017), mahasiswa dan mahasiswi Fakultas Kedokteran memiliki lamanya penggunaan *smartphone* yang cukup dominan, dengan banyaknya tugas-tugas seperti mencari analisis masalah yang diakukan pada sesi tutorial dan juga *smartphone* menyediakan aplikasi-aplikasi penunjang pada dunia kedokteran ditambah dengan aktifitas lainnya seperti *games* membaca *email* dan *chatting*, sehingga para mahasiswa dan mahasiswi lebih banyak waktu untuk menggunakan *smartphone* untuk lebih mengeksplor ilmu yang didapatkan.

Penggunaan *smartphone* yang kurang tepat seperti menggunakan *smartphone* dengan durasi yang berlebihan, serta posisi tubuh saat penggunaan yang kurang tepat dapat menimbulkan masalah kesehatan, terutama pada otot dan saraf (Widhiyanto *et al.*, 2017). Ketika menggunakan *smartphone*, posisi yang sering dilakukan adalah melakukan fleksi leher untuk menatap ke bawah untuk melihat

objek yang posisinya lebih rendah, posisi ini adalah posisi FHP. FHP menyebabkan peningkatan beban yang ditahan oleh otot pada bagian leher dan menyebabkan nyeri leher, sehingga ketika posisi ini dipertahankan dalam durasi yang lama dan dilakukan berulang dapat meningkatkan terjadinya kejadian nyeri leher (Park *et al.*, 2015).

Pada penelitian Kenwa, dkk. (2018) menunjukkan bahwa 83% pengguna *smartphone* pada usia dewasa muda mengalami keluhan nyeri leher, hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara penggunaan *smartphone* dengan terjadinya nyeri leher. Serta pada penelitian Widhiyanto, dkk. (2018) sebesar 53,2% responden yang menggunakan *smartphone* dengan durasi tinggi mengeluhkan nyeri leher, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara durasi dari penggunaan *smartphone* dengan terjadinya nyeri leher.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan dari durasi dan *forward head posture* pada penggunaan *smartphone* dengan kejadian nyeri leher pada mahasiswa FK UPNVJ.

I.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, penulis menyimpulkan bahwa penggunaan *smartphone* dengan durasi berlebihan serta postur kepala yang kurang baik dapat menimbulkan gangguan otot rangka yang jika dibiarkan dapat menimbulkan gangguan pada aktivitas sehari-hari. Maka, pada penelitian ini penulis ingin meneliti apakah terdapat hubungan pengaruh *forward head posture* dan durasi penggunaan *smartphone* terhadap kejadian nyeri leher pada mahasiswa FK UPNVJ?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan durasi penggunaan *smartphone* dan *forward head posture* pada penggunaan *smartphone* dengan kejadian nyeri leher pada mahasiswa FK UPNVJ.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran distribusi durasi penggunaan *smartphone* pada mahasiswa FK UPNVJ.
- b. Mengetahui gambaran kejadian *forward head posture* pada mahasiswa FK UPNVJ.
- c. Mengetahui gambaran distribusi kejadian nyeri leher pada mahasiswa FKUPNVJ.
- d. Menanalisis hubungan durasi penggunaan *smartphone* dengan kejadian nyeri leher pada mahasiswa FK UPNVJ.
- e. Menganalisis hubungan *forward head posture* pada penggunaan *smartphone* dengan kejadian nyeri leher pada mahasiswa FK UPNVJ.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Menambah wawasan ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang anatomi, terutama pada kejadian nyeri leher.

I.4.2 Manfaat Praktis

- a. Manfaat Bagi Responden
Memberikan pengetahuan kepada responden tentang efek durasi serta posisi kepala *forward head posture* pada penggunaan *smartphone* yang dapat mengakibatkan terjadinya nyeri leher.
- b. Manfaat Bagi Masyarakat
Memberikan pengetahuan kepada masyarakat agar mengetahui hubungan *forward head posture* dan durasi pada penggunaan *smartphone* dengan kejadian nyeri leher.
- c. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan
Untuk menambah data dan referensi mengenai hubungan *forward head posture* dan durasi pada penggunaan *smartphone* dengan kejadian nyeri leher untuk penelitian selanjutnya.

d. Manfaat Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan tentang ilmu kedokteran khususnya di bidang anatomi serta menambah pengalaman tentang penelitian mengenai hubungan *forward head posture* dan durasi pada penggunaan *smartphone* dengan kejadian nyeri leher.