

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Low back pain (LBP) adalah keluhan yang dideskripsikan sebagai nyeri, ketegangan otot, atau kekakuan yang dirasakan berada di antara rusuk bagian bawah atau kosta ke-12 hingga lipatan pantat (Koes dkk., 2006). LBP dapat disertai dengan penjaran nyeri dari pinggang ke salah satu atau bahkan kedua tungkai, disebut sebagai *sciatica*. Gejala LBP dapat terjadi pada siapa saja di berbagai kalangan usia (NINDS, 2020). LBP bukanlah penyakit melainkan sebuah gejala dengan latar belakang yang kompleks meliputi berbagai faktor seperti mekanisme rasa sakit, komorbid, faktor sosial, faktor biofisik, dan faktor psikologis (Blom dkk., 2018). Sebagai salah satu faktor yang mempengaruhi LBP, emosi seperti kecemasan dan depresi dapat menurunkan toleransi terhadap rasa sakit, sehingga meningkatkan persepsi diri mengenai nyeri LBP yang sedang dialami (Mei dkk., 2019). Sebuah penelitian menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres psikologis dengan disabilitas akibat LBP (Du dkk., 2017).

Sebagai nyeri yang menimbulkan ketidaknyamanan bahkan limitasi dalam beraktivitas, prevalensi kejadian LBP diperkirakan berkisar antara 1,4 hingga 20,0% di seluruh dunia (Fatoye dkk., 2019). Pada mahasiswa, angka insidensi LBP pun cukup tinggi dan intensitas nyerinya cenderung bertambah dari tahun ke-tahun (Panjaitan dkk., 2018). LBP kemudian ditinjau kembali dalam permasalahan kesehatan yang muncul di masa pandemi COVID-19. Pada masa pandemi keluhan nyeri pada area punggung bawah mendominasi dalam kategori nyeri muskuloskeletal yang dialami semasa karantina (Pekyavas dan Pekyavas, 2020). Sebuah penelitian yang dilakukan

di Riyadh, Arab Saudi menyatakan bahwa usia, indeks massa tubuh, stres psikologis, durasi duduk, fasilitas ergonomis, aktivitas fisik, dan kegiatan telekomunikasi merupakan faktor-faktor yang berpengaruh pada kenaikan keluhan LBP yang terjadi di masa karantina COVID-19 (Šagát dkk., 2020). Adanya perubahan dalam aktivitas sehari-hari, kesulitan dalam belajar, limitasi dalam berinteraksi sosial, dan kecemasan mengenai kesehatan di masa pandemi dinilai menambahkan beban pikiran pada para mahasiswa. Setidaknya, sebanyak 71% mahasiswa mengindikasikan adanya kenaikan tingkat stres psikologis dan kecemasan selama pandemi COVID-19 ini (Son dkk., 2020). Faktor tersebut kemudian berkaitan dengan pola hidup yang menjadi cenderung kurang aktif seperti duduk dengan durasi yang panjang, berbaring, dan sedikit aktivitas fisik yang dapat memicu atau memperparah timbulnya nyeri pada bagian tubuh (Chen dkk., 2020).

Mahasiswa Fakultas Kedokteran merupakan populasi dengan jam kerja yang tinggi. Tingkat stres psikologis yang tinggi dan insidensi LBP pada masa *work from home* (WFH) dapat menurunkan produktivitas dan kualitas akademik pada mahasiswa. Sebelumnya sudah terdapat beberapa penelitian mengenai hubungan antara stress psikologis dengan LBP, namun masih minim penelitian yang dilakukan pada saat pandemi COVID-19 berlangsung. Belum terdapat pula penelitian terdahulu yang secara spesifik mengangkat mahasiswa, khususnya mahasiswa kedokteran sebagai subjek penelitiannya. Berangkat dari kurangnya penelitian mengenai hal-hal tersebut, peneliti terdorong untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara tingkat stress psikologis terhadap LBP pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga yang menjalani WFH.

Harapannya penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan mengenai stress psikologis dan LBP sehingga langkah preventif dapat dilakukan demi mengurangi insidensi LBP dan salah satu faktor pemicunya yakni stress psikologis.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada bagian latar belakang, maka masalah yang akan diangkat pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana prevalensi LBP pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga saat sedang menjalani WFH?
2. Seberapa besarkah tingkat disabilitas akibat LBP pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga saat sedang menjalani WFH?
3. Bagaimana prevalensi stres psikologis pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga saat sedang menjalani WFH?
4. Seberapa besarkah tingkat stres psikologis mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga saat sedang menjalani WFH?
5. Apakah terdapat hubungan antara tingkat stres psikologis terhadap kejadian LBP pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga saat sedang menjalani WFH?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui prevalensi dan hubungan antara tingkat stres psikologis terhadap kejadian *low back pain* (LBP) pada mahasiswa saat sedang menjalani *work from home* (WFH).

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengetahui prevalensi LBP pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga saat sedang menjalani WFH
2. Mengetahui tingkat disabilitas akibat LBP pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga saat sedang menjalani WFH
3. Mengetahui prevalensi stres psikologis pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga saat sedang menjalani WFH
4. Mengetahui tingkat stres psikologis pada mahasiswa preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga saat sedang menjalani WFH
5. Mengetahui hubungan antara tingkat stres psikologis terhadap kejadian LBP pada mahasiswa saat sedang menjalani WFH.

1.4 Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai faktor stres psikologis dan pengaruhnya terhadap kejadian LBP pada mahasiswa di masa pandemi serta sebagai sumber inspirasi dan data bagi pihak yang berkepentingan untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

b. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai prevalensi LBP pada mahasiswa dan faktor yang berpotensi meningkatkan insidensinya di masa pandemi sehingga dapat dikembangkan menjadi langkah edukasi maupun prevensi untuk menghindari insidensi di waktu yang akan datang.