

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Nyeri punggung bawah merupakan keluhan yang sering dijumpai dan umum dalam masyarakat. Nyeri punggung bawah didefinisikan sebagai suatu kondisi tidak spesifik yang mengacu pada keluhan nyeri akut atau kronik dan ketidaknyamanan pada atau di dekat daerah lumbosakral, yang dapat disebabkan oleh inflamasi, proses degeneratif, keganasan, kelainan ginekologi, trauma, dan gangguan metabolic. (Sari, Mogi, & Angliadi, 2015)

Menurut Penelitian dari kelompok studi nyeri Perhimpunan Dokter Saraf Indonesia (PERDOSSI) tahun 2007 menemukan bahwa jumlah penderita nyeri punggung bawah sebanyak 35,86 persen dari total kunjungan pasien nyeri (PERDOSSI, 2007). Enam puluh lima koma lima persen dari penderita nyeri punggung bawah adalah wanita, dan persentase penderita tertinggi pada rentang umur 41 hingga 60 tahun (Purba JS, 2007). Sedangkan, angka insidensi nyeri punggung bawah di RSUD Sleman periode 2009-2010 adalah 5.91% dan prevalensi nyeri punggung bawah periode 2009-2010 adalah 6.11%. Distribusi nyeri punggung bawah menurut umur terdapat 34 kasus dengan umur 15- 49 tahun dan 44 kasus dengan umur >50 tahun (Benynda, 2016).

Beberapa hal yang dapat mempengaruhi timbulnya nyeri punggung bawah adalah kebiasaan duduk, bekerja membungkuk dalam waktu yang relatif lama, mengangkat dan mengangkut beban dengan sikap yang tidak ergonomis, tulang belakang yang tidak normal, atau akibat penyakit tertentu seperti penyakit degeneratif. Disamping itu menurut beberapa ahli, faktor individu seperti umur, jenis kelamin, aktivitas fisik, kekuatan fisik dan ukuran tubuh juga dapat menjadi penyebab timbulnya keluhan nyeri punggung bawah. (Sari W. N., 2013)

Penelitian menunjukkan sekitar 39,7 - 60% orang dewasa mengalami nyeri punggung bawah akibat duduk selama 4 jam per hari dengan sikap membungkuk yang merupakan faktor resiko terjadinya nyeri punggung bawah. (Samara, 2004)

Pada umumnya nyeri punggung bawah disebabkan oleh sebuah peristiwa traumatis akut, atau trauma kumulatif dimana berat ringannya suatu peristiwa traumatis akut sangatlah bervariasi. Nyeri punggung bawah akibat trauma kumulatif lebih sering terjadi di tempat kerja, misalnya karena duduk statis terlalu lama atau posisi kerja yang kurang ergonomis. Penyebab lainnya bisa neuropatik, misalkan *ischialgia*. Kebanyakan kasus nyeri punggung bawah kronis merupakan campuran antara nosiseptif dan neuropatik (Everett,2016).

Dari segi pandangan Islam juga menjelaskan bahwa bekerja dengan posisi duduk yang salah atau tidak sehat dan duduk terlalu lama akan mengakibatkan nyeri sendi. Untuk itu postur atau sikap duduk saat bekerja dan menjaga kesehatan sangat penting. Oleh karena itu, orang-orang yang harus duduk untuk jangka waktu lama, seharusnya duduk di atas kursi dengan alas dan sandaran keras yang membentuk sudut $100^{\circ} - 110^{\circ}$. Tinggi alas harus sedemikian rupa sehingga orang dapat duduk dengan sikap fleksi sempurna baik pada sendi lutut dan panggul, sedangkan kaki tepat mendatar di atas lantai (Samara, 2004).

Menjaga kesehatan menjadi hal penting yang harus dilakukan oleh manusia agar tercipta kehidupan yang bermakna dan berguna bagi diri sendiri maupun masyarakat sekitar. Dengan hal tersebut kehidupan seseorang akan lebih berarti dan berkualitas.

Sebagaimana yang tertera dalam hadits yang diriwayatkan oleh Muslim dari Hurairah. Hadits ini berupa suatu rangkuman doa yang diucapkan oleh nabi setiap pagi sebelum Nabi memulai kerjanya. Dan didalam doa inilah tergambar dengan jelas pola hidup muslim itu. Hadits yang diriwayatkan oleh muslim dari Abu hurairah:

اللَّهُمَّ أَصْلِحْ لِي دِينِي الَّذِي هُوَ عِصْمَةُ أَمْرِي وَأَصْلِحْ لِي دُنْيَايَ الَّتِي فِيهَا مَعَاشِي وَأَصْلِحْ
لِي آخِرَتِي الَّتِي فِيهَا مَعَادِي وَأَجْعَلْ الْحَيَاةَ زِيَادَةً لِي فِي كُلِّ خَيْرٍ وَأَجْعَلْ الْمَوْتَ رَاحَةً لِي
مِنْ كُلِّ شَرٍّ

Yang Artinya : “Ya Allah, baikkanlah agamaku yang menjadi penjaga dari segala urusan saya, baguskanlah dunia saya yang menjadi arena perjuangan hidupku,

bagus kanlah akhirat saya yang akan menjadi tempatku kembali, dan jadikanlah hidup saya ini kesempatan untuk berbuat baik, dan jadikanlah matiku sebagai waktu beristirahat dari perbuatan jahat” (HR. Muslim).

Seperti yang telah dijelaskan oleh hadist tersebut maka sebagai seorang muslim kita harus senantiasa menjaga kesehatan diri.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas,peneliti tertarik untuk mengetahui adanya hubungan antara posisi duduk dan lama duduk dengan timbulnya nyeri punggung bawah .

1.2 Perumusan Masalah

Nyeri punggung bawah merupakan masalah yang dapat mempengaruhi kinerja seseorang dalam melakukan aktifitas.Dan angka kejadian penderita nyeri punggung bawah tercatat cukup tinggi di Indonesia, Oleh karena itu peneliti tertarik untuk mengetahui adanya hubungan posisi dan lama duduk dengan kejadian timbulnya nyeri punggung bawah pada karyawan PT.Imeco Inter Sarana.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Adakah hubungan antara posisi duduk dan lama duduk dengan kejadian timbulnya nyeri punggung bawah pada karyawan PT Imeco Inter Sarana ?
2. Bagaimana pandangan Islam tentang posisi duduk dan lama duduk terhadap keluhan nyeri punggung bawah ?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara posisi dan lama duduk dengan kejadian nyeri punggung bawah pada karyawan PT. Imeco Inter Sarana .

1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui angka kejadian timbulnya nyeri punggung bawah dengan posisi duduk.
- b. Untuk mengetahui angka kejadian timbulnya nyeri punggung bawah dengan lama duduk.

- c. Untuk mengetahui pandangan Islam dalam mengatasi nyeri punggung bawah.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengertian dan pemahaman mengenai nyeri punggung bawah dan memahami mengenai hubungan antara posisi duduk dan lama duduk dengan kejadian timbulnya nyeri punggung bawah.

1.5.2 Manfaat Praktis

A. Manfaat bagi Peneliti

1. Memenuhi tugas akhir sebagai suatu syarat kelulusan untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran di Universitas Yarsi Jakarta.
2. Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan tentang posisi dan lama duduk dan hubungannya dengan timbulnya nyeri punggung bawah.
3. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan bagi peneliti untuk mengedukasi pasiennya untuk mencegah salah satu penyebab terjadinya nyeri punggung bawah.

B. Manfaat bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberi ilmu pengetahuan mengenai nyeri punggung bawah, faktor pencetus terjadinya nyeri punggung bawah dan dapat mencegah terjadinya nyeri punggung bawah.

C. Manfaat bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian mengenai hubungan posisi dan lama duduk sebagai salah satu penyebab terjadinya nyeri punggung bawah diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi para peneliti lain untuk melanjutkan penelitian atau penelitian yang sudah dijalankan