

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Nyeri leher (*Neck Pain*) adalah masalah yang umum ditemukan dan merupakan gangguan umum yang ditandai dengan nyeri, ketidaknyamanan atau nyeri yang dialami di daerah antara bagian bawah dari tulang oksipital paling bawah dengan T1 (Yunn, BT Nadamurni, & Wen, 2013). Nyeri leher merupakan kasus muskuloskeletal terbesar kedua setelah nyeri punggung bawah (*Low Back Pain*) (Cooper, 2006). Sebuah penelitian tentang prevalensi nyeri leher di Swedia menunjukkan bahwa 43% populasi pernah mengalami nyeri leher dan lebih sering terjadi pada wanita (48%) dibandingkan pria (38%) (Guez M, Hildingsson C, Nilsson M, & Toolanen G, 2002). Sedangkan menurut penelitian di Indonesia, prevalensi nyeri leher pada populasi orang dewasa mencapai sekitar 16,6% dengan 0,6% diantaranya mengalami nyeri leher yang memberat (Hudaya, 2002). Selain nyeri pada bagian leher belakang, nyeri leher juga menurunkan gerakan sendi leher dan aktifitas fungsional leher sehingga dapat mempengaruhi kegiatan penderita (Yunus, 2015).

Nyeri leher merupakan tanda bahwa sendi, otot, bagian lain dari leher yang tegang, atau tidak berfungsi dengan baik, juga dapat ditimbulkan dari interaksi yang kompleks antara otot dan ligamen serta faktor yang berhubungan dengan postur, kebiasaan tidur, posisi kerja, stress, kelelahan otot kronis, adaptasi postural dari nyeri primer lain (bahu, sendi temporo mandibular, kranioservikal), atau perubahan degeneratif dari diskus servikal dan sendinya (Huldani, 2013). Hampir 85% dari nyeri leher dapat dikaitkan dengan stres kronis dan tekanan, cedera akut atau berulang terkait dengan sikap tubuh yang buruk, kecemasan, depresi, dan pekerjaan atau olahraga risiko (Yunn, BT Nadamurni, & Wen, 2013)

Mahasiswa kedokteran yang dalam kesehariannya identik dengan jam kuliah yang padat sehingga mengharuskan mahasiswa mengikuti kuliah

selama berjam-jam dan cenderung duduk dengan posisi yang salah dalam waktu berjam-jam. Dalam suatu penelitian di Malaysia oleh Yunn *et al* pada tahun 2013 menyimpulkan bahwa mahasiswa kedokteran dan ilmu kesehatan memiliki prevalensi nyeri leher yang tinggi. Beberapa penyebab nyeri leher di kalangan mahasiswa kedokteran dan ilmu kesehatan yaitu: a. kursi tanpa sandaran punggung selama kuliah, b. membaca selama berjam-jam, c. menggunakan komputer, d. riwayat nyeri leher, e. posisi duduk selama kuliah, f. lama jam duduk, g. berdiri terlalu lama, h. jenis bantal yang digunakan ketika tidur, i. menulis berkepanjangan, j. aktifitas berlebihan, dan stres. Membaca dan konsentrasi pada kegiatan kuliah paling mempengaruhi mahasiswa kedokteran dan kesehatan dengan nyeri leher. Mahasiswa perempuan memiliki prevalensi lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa laki-laki. (Yunn, BT Nadamurni, & Wen, 2013)

Belajar atau yang sering juga disebut sebagai kegiatan menuntut ilmu wajib hukumnya bagi setiap muslim baik laki-laki maupun perempuan tidak memandang berapapun usianya. (Ilmu saudara, 2017). Salah satu keutamaan menuntut ilmu diantaranya adalah Allah SWT akan meninggikan derajat orang yang sedang menuntut ilmu sebagaimana firman-Nya dalam surat Al-Mujadalah ayat 11

يَرْفَعُ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ
خَبِيرٌ

Artinya :

Allah akan meninggikan orang-orang yang beriman di antaramu dan orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan beberapa derajat (Q.s. Al-Mujadalah : 11)

Ayat di atas secara tegas menyatakan bahwa setiap orang yang beriman diwajibkan untuk belajar, sebagai balasannya maka Allah akan meninggikan derajat kaum muslim. Sebagai mahasiswa fakultas kedokteran yang dituntut untuk belajar dengan jam yang panjang, maka hendaknya kita belajar dengan posisi yang ideal, seperti belajar di meja yang mempunyai sanggahan kaki,

duduk di kursi dengan sandaran punggung dan posisi kepala tidak terlalu menunduk. Jika seorang mahasiswa belajar dalam waktu yang lama dengan posisi yang salah secara terus-menerus maka sangat mungkin terjadi nyeri di beberapa bagian tubuh, salah satunya di bagian leher belakang.

Dalam kaidah islam menolak mafsadat didahulukan daripada mengambil manfaat. Ketika seseorang ingin menuntut ilmu dengan belajar untuk mengambil manfaat, tetapi disisi lain ia mengetahui bahwa belajar dengan posisi yang tidak baik akan menyebabkan sakit, yang salah satunya adalah nyeri leher, maka hendaknya ia belajar dengan posisi yang baik untuk menghindari kemudharatan. Sebagaimana kaidah fiqh berikut ini

درأ المفسد مقدم على جلب المصالح

Artinya :

“Menghilangkan mafsadat lebih didahulukan daripada mengambil manfaat.”

Setiap muslim dalam hidupnya tidak akan bisa lepas dari ujian dan cobaan. Ujian dan cobaan tersebut bisa bermacam-macam bentuknya, bisa berupa kebaikan ataupun keburukan. Salah satu bentuk ujian Allah kepada hamba Nya adalah sakit, dan salah satu bentuk sakit itu adalah nyeri leher. Namun dari setiap ujian yang Allah berikan kepada hamba Nya pasti ada hikmah dibalikny bagi yang mau berfikir (Syaputra, 2008).

Sampai saat ini di Fakultas Kedokteran Universitas YARSI belum ditemukan penelitian yang menggambarkan tentang posisi belajar dengan nyeri leher pada mahasiswa. Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Antara Posisi Belajar Terhadap Nyeri Leher pada Mahasiswa FK Universitas YARSI 2014.”

1.2 Perumusan masalah

Nyeri leher merupakan gangguan umum yang ditandai dengan nyeri, ketidaknyamanan atau nyeri yang dialami di daerah antara bagian bawah dari tulang oksipital paling bawah dengan T1. Nyeri leher dapat ditimbulkan dari

interaksi yang kompleks antara otot dan ligamen serta faktor yang berhubungan dengan postur, kebiasaan tidur, posisi kerja, stress, kelelahan otot kronis, adaptasi postural dari nyeri primer lain

Mahasiswa kedokteran dalam kesehariannya cenderung mengikuti kuliah yang lama selama minimal 7 jam sehari, dan cenderung belajar duduk dengan posisi yg salah dalam waktu lama. Padahal posisi belajar yang salah merupakan salah satu penyebab nyeri leher. Melihat hal tersebut, peneliti tertarik untuk mengetahui hubungan posisi belajar terhadap nyeri leher pada mahasiswa FK Universitas YARSI 2014.

1.3 Pertanyaan penelitian

1. Berapa besar prevalensi nyeri leher mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI 2014?
2. Adakah hubungan antara kesalahan posisi belajar dengan nyeri leher pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI 2014?
3. Bagaimana pandangan islam terhadap posisi belajar dan nyeri leher?

1.4 Tujuan penelitian

1.4.1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan antara posisi belajar terhadap kejadian nyeri leher pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI 2014.

1.4.2 Tujuan khusus

1. Untuk mengetahui prevalensi nyeri leher pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI 2014.
2. Untuk mengetahui adanya hubungan antara posisi belajar dengan nyeri leher.

1.5 Manfaat penelitian

1.5.1 Manfaat peneliti

1. Untuk memenuhi salah satu persyaratan kelulusan sebagai dokter muslim Fakultas Kedokteran Universitas YARSI.
2. Untuk mendapatkan pengetahuan dan pengalaman dalam melakukan penelitian hubungan antara posisi belajar dengan kejadian nyeri leher pada mahasiswa kedokteran.

3. Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai bahan rujukan dan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

1.5.2 Manfaat bagi masyarakat

Mendapatkan informasi mengenai hubungan posisi belajar dengan kejadian nyeri leher.