

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan adalah hal yang sangat penting untuk berkehidupan manusia, sehat adalah Allah SWT yang paling berharga dan penting dalam kehidupan ini. Setiap manusia mendambakan kesehatan baik sehat secara jasmani maupun rohani, karena apabila manusia sedang sakit akan berpengaruh pada kehidupannya, termasuk dalam aktivitas sehari-hari dan bekerja sehingga manusia tidak produktif lagi.

“Ada dua kenikmatan yang banyak manusia tertipu, yaitu nikmat sehat dan nikmat waktu senggang” (HR. Bukhori no 6412, dari Ibnu ‘Abbas).

Hadits di atas menunjukkan seseorang tidaklah dikatakan memiliki waktu luang hingga badannya juga sehat. Barangsiapa yang memiliki dua nikmat ini (yaitu nikmat sehat dan waktu senggang), hendaklah ia bersemangat, jangan sampai ia tertipu dengan meninggalkan syukur pada Allah atas nikmat yang telah di berikan. Bersyukur adalah dengan melaksanakan setiap perintah dan menjauhi setiap larangan Allah. Barangsiapa yang luput dari syukur semacam ini, maka dialah yang tertipu.

Perkembangan zaman dan kemajuan teknologi menyebabkan sebagian besar masyarakat modern banyak menghabiskan kegiatan dan waktu duduk di depan layar komputer dan *smartphone*. Semua usia dan berbagai kalangan telah menggunakan teknologi yang sudah

berkembang. Semua bidang, termasuk bidang pendidikan maupun kesehatan, tidak lepas dari penggunaan teknologi. Salah satu kerugian yang ditimbulkan penggunaan teknologi bagi kesehatan adalah gangguan postur.

Smartphone menggabungkan beberapa perangkat digital, tidak seperti telepon konvensional. Penggunaan *smartphone* telah menyebabkan perubahan yang cepat di masyarakat dengan memuaskan kebutuhan individu dan kenyamanan mereka telah memperluas ketersediaan mereka. Bekerja pada komputer dan mengoperasikan *smartphone* untuk jangka waktu yang lama akan memprovokasi penggunaan otot-otot tertentu secara berulang-ulang mengakibatkan cedera otot, kerusakan kumulatif dari trauma akut pada leher dan bahu. Penggunaan *smartphone* dalam posisi statis dan dengan lengan yang tidak di dukung akan menyebabkan penyalarsan leher dan bahu yang tidak normal. Karena *smartphone* memiliki monitor kecil yang biasanya dipegang kebawah di dekat pangkuan, pengguna harus menundukan kepala untuk melihat layar.

Saat ini *smartphone* dianggap sebagai perangkat elektronik portabel yang paling populer perkiraan terbaru menunjukkan bahwa kurang lebih 77 persen dari populasi dunia memiliki *gadget*. Alasan utama penggunaan *smartphone* lebih populer diseluruh dunia adalah perangkat untuk dijadikan komunikasi dan hiburan (Kim, 2015). Menurut penelitian (Lee, 2015) penelitian dilakukan guna mempelajari hubungan antara menggunakan *smartphone* dengan nyeri leher. Hal itu disebabkan dengan

aktivitas seperti di leher yang lama sehingga beban otot statis yang berkepanjangan dan kurangnya dukungan lengan dan adanya gerakan jari yang berulang terutama posisi ketika menggunakan satu tangan saja.

Posisi terbaik saat menggunakan *smartphone* adalah posisi duduk dengan leher lurus dan menopang lengan bawah dengan kedua tangan memegang *smartphone* menggunakan kedua ibu jari. Akan tetapi posisi ini tidak boleh dipertahankan untuk waktu yang lama (Eitivipart et al, 2018).

Menurut pengamatan peneliti, mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta hampir seluruhnya mempunyai *smartphone* sebagai alat komunikasi maupun sebagai media sosial. Khususnya pada mahasiswa Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan hampir seluruhnya menggunakan perangkat *smartphone* juga sebagai media belajar, selain itu para mahasiswa kerap menggunakan perangkat *smartphone* untuk bermain media sosial seperti instagram, twitter, youtube bahkan game online, dengan frekuensi durasi yang lama dan posisi yang tidak ergonomis.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti ingin lakukan penelitian kembali mengenai hubungan antara durasi dan posisi penggunaan *smartphone* dengan nyeri leher pada mahasiswa fisioterapi di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mencari lebih jauh hubungan antara durasi dan posisi penggunaan *smartphone* dengan nyeri leher pada mahasiswa fisioterapi di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan durasi penggunaan *smartphone* dengan nyeri leher?
2. Apakah ada hubungan posisi penggunaan *smartphone* dengan nyeri leher?
3. Apakah ada hubungan durasi dan posisi penggunaan *smartphone* dengan nyeri leher?

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui apakah ada hubungan durasi dan posisi penggunaan *smartphone* dengan nyeri leher.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui hubungan durasi penggunaan *smartphone* dengan nyeri leher.
- b. Untuk mengetahui hubungan posisi penggunaan *smartphone* dengan nyeri leher.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Penelitian ini dapat berguna sebagai referensi bagi yang hendak meneliti lebih lanjut mengenai hubungan durasi dan posisi penggunaan *smartphone* dengan nyeri leher.

b. Mengembangkan ilmu fisioterapi terkait nyeri leher yang berhubungan dengan durasi dan posisi penggunaan *smartphone*.

2. Manfaat praktis

Sebagai bahan referensi bagi fisioterapi untuk memberikan informasi kepada masyarakat luas tentang hubungan durasi dan posisi penggunaan *smartphone* dengan nyeri leher, sehingga dapat dijadikan sebagai sumber pengetahuan bagi masyarakat pada umumnya.