

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dunia Pendidikan saat ini semakin berkembang, kondisi tersebut menuntut siswa untuk lebih aktif dalam pelaksanaan kegiatan belajar mengajar yang dilaksanakan di sekolah. Bertambahnya jam pelajaran dan juga kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti siswa di sekolah mempengaruhi beban tas yang harus dibawa setiap harinya (Sariana & Sudarsono, 2020). Banyaknya barang yang perlu dibawa siswa ke sekolah mengharuskan siswa untuk memilih jenis dan ukuran tas yang sesuai untuk membantu membawa barang mereka ke sekolah. Salah satu jenis tas yang paling diminati siswa adalah tas punggung. Kurang lebih 90% dari siswa sekolah memilih tas punggung untuk membantu membawa barang mereka ke sekolah (Cristella et al., 2023).

Tas punggung menjadi pilihan paling umum di kalangan siswa untuk membantu membawa barangnya. Tas punggung yang digunakan oleh siswa sekolah seringkali memiliki ukuran yang lebih besar dari ukuran tubuh mereka. Tanpa disadari beban berlebihan yang mereka bawa dapat menjadi sebuah masalah besar bagi kesehatan mereka (Insyira Atala, 2023). Katika tas punggung dengan berat beban berlebih digunakan oleh siswa, beban berlebih tersebut dapat menarik otot-otot di bagian leher

sehingga menimbulkan nyeri pada bahu, kepala, leher, hingga nyeri punggung (Miranda et al., 2019).

Terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan bahwa jenis, berat, ukuran, bentuk, cara membawa, dan durasi penggunaan tas punggung dapat menyebabkan terjadinya keluhan nyeri punggung pada siswa sekolah. Berat beban tas punggung yang seharusnya dibawa siswa sekolah adalah 10-15% dari berat badan siswa itu sendiri. Penggunaan tas punggung yang terlalu berat dapat menimbulkan beberapa keluhan musculoskeletal, salah satu keluhan yang paling umum muncul pada siswa sekolah adalah nyeri punggung (Toghroli et al., 2021). Sebuah penelitian menunjukkan bahwa pelajar yang menggunakan tas punggung dengan beban yang lebih berat lebih berisiko untuk mengalami nyeri punggung (Cristella et al., 2023). Penelitian yang dilakukan oleh Sariana & Sudarsono (2020) juga menunjukkan bahwa nyeri punggung banyak dirasakan oleh siswa dengan berat beban tas punggung yang tidak normal (60,8%).

Tulang belakang anak-anak yang masih berada dalam tahap perkembangan sehingga masih rentan terhadap ketegangan dan cedera. Ketika siswa membawa beban tas punggung yang terlalu berat membuat siswa akan mencondongkan tubuh ke depan atau melengkungkan tubuh untuk mengimbangi berat tas punggung yang mereka bawa, sehingga berat beban tersebut akan cenderung mengendap ke bawah tas serta meningkatkan tekanan pada punggung dan otot-otot penyangga tulang

belakang. Hal tersebut yang dapat menimbulkan nyeri pada punggung siswa (NSHF, 2024)

Pada tahun 2020 *World Health Organization* mencatat 619 juta orang di seluruh dunia mengalami nyeri punggung (WHO, 2023). Penelitian yang dilakukan oleh *National Spine Health Foundation* pada tahun 2024 menunjukkan 30% anak Perempuan dan 26% anak laki-laki mengalami nyeri punggung akut dengan penyebab nyeri punggung karena beban tas punggung mereka (NSHF, 2024).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 10 Desember 2024 dengan metode wawancara di SMPN 5 Karanganyar kepada 20 siswa yang menggunakan tas punggung, didapatkan 11 siswa (55%) mengeluhkan beratnya beban tas punggung yang dibawa dan nyeri pada punggungnya, 7 siswa (35%) mengeluhkan beratnya beban tas punggung yang dibawa namun tidak mengeluhkan nyeri pada punggungnya, dan 2 siswa (10%) tidak mengeluhkan berat beban tas yang dibawa serta tidak mengeluhkan nyeri pada punggungnya. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis ingin melakukan penelitian dengan judul hubungan berat beban tas punggung dengan kejadian nyeri punggung pada siswa sekolah di SMPN 5 Karanganyar.

B. Perumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah : “Apakah ada hubungan antara berat beban tas punggung dengan keluhan nyeri punggung pada siswa sekolah di SMP Negeri 5 Karanganyar?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan berat beban tas punggung dengan keluhan nyeri punggung pada siswa sekolah di SMP Negeri 5 Karanganyar.

2. Tujuan khusus

a. Mengetahui berat beban tas punggung siswa SMP Negeri 5 Karanganyar.

b. Mengetahui keluhan nyeri punggung pada siswa SMP Negeri 5 Karanganyar.

c. Menganalisis hubungan berat beban tas punggung dengan keluhan nyeri punggung pada siswa SMP Negeri 5 Karanganyar.

D. Manfaat

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mahasiswa mengenai hubungan berat beban tas punggung dengan keluhan nyeri punggung pada siswa sekolah.

2. Manfaat aplikatif

a. Bagi siswa

Dapat menambah pengetahuan siswa mengenai hubungan berat beban tas punggung dengan keluhan nyeri punggung pada siswa sehingga siswa akan lebih berhati-hati dalam penggunaan tas punggung terkhusus dengan beban yang berat.

b. Bagi sekolah

Dapat menambah pengetahuan dan kesadaran pihak sekolah mengenai hubungan berat beban tas punggung dengan kejadian nyeri punggung pada siswa sehingga sekolah dapat mengantisipasi dengan menyediakan fasilitas yang dapat memperingan beban tas siswa seperti loker.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1
Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti dan Judul Penelitian	Metode dan Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
1.	Kadek Puja Asmara Miranda, Sri Yenni Trisnawati, dan Ida Ayu Sri Wijayanti (2019) “Hubungan Antara Nyeri Punggung dan Penggunaan Tas Punggung pada Siswa di SDN 23 Dangin Puri Denpasar”	Penelitian ini menggunakan desain <i>cross sectional</i> dengan metode pengumpulan data dengan kuisisioner dan timbangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara berat tas punggung dengan nyeri punggung pada siswa ($P = 0,004$).	Persamaan -Teknik pengumpulan data sama yaitu menggunakan instrumen kuisisioner dan timbangan. -Desain penelitian yang digunakan sama yaitu <i>cross sectional</i> . Perbedaan - Variabel penelitian, - Tempat penelitian - Waktu penelitian.
2.	Erna Sariana dan Ari Sudarsono (2020) “Hubungan Penggunaan Tas Sekolah Dengan Keluhan Nyeri Punggung pada Siswa di SMP Negeri 106 Jakarta”	Penelitian ini menggunakan desain <i>cross sectional</i> dengan metode pengumpulan data dengan kuisisioner dan timbangan. Hasil penelitian	Persamaan -Teknik pengumpulan data sama yaitu menggunakan instrumen kuisisioner dan timbangan. -Desain penelitian yang digunakan sama yaitu <i>cross sectional</i> .

	mengenai berat tas dalam analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara berat tas dengan keluhan nyeri punggung pada siswa ($P = 0,02$ dan $OR = 1,916$).	Perbedaan - Variabel penelitian, - Tempat penelitian Waktu penelitian.	
3.	Cindy Cristella, Liza Agustin, dan Lagut Sutandra (2023) “Hubungan Penggunaan Tas Ransel Terhadap Kejadian Nyeri Punggung Bawah Pada Siswa Kelas XI Negeri 2 Kabanjahe”	Penelitian ini menggunakan desain <i>cross sectional</i> dengan metode pengumpulan data dengan kuisisioner dan timbangan. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan diantara berat beban tas ransel terhadap nyeri punggung bawah, Dimana hasil uji chi-square didapatkan $p = 000 < 0,05$.	Persamaan - Teknik pengumpulan data sama yaitu menggunakan instrumen kuisisioner dan timbangan. - Desain penelitian yang digunakan sama yaitu <i>cross sectional</i> . Perbedaan - Variabel penelitian, - Tempat penelitian Waktu penelitian.