



Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Nyeri Punggung pada Siswa Madrasah Ibtidaiyyah Tahfidzul Qur'an Azhar Centre Makassar

Nur Haidam*/ Arman**/ Rahman***

Universitas Gadjah Mada

Pendahuluan

Nyeri punggung bukan suatu penyakit melainkan suatu gejala. Beberapa penelitian ilmiah ditemukan suatu bahaya yang berkaitan dengan penggunaan tas punggung yang tidak benar pada anak sekolah yang diakibatkan oleh beban tas yang dapat memengaruhi kualitas hidup anak seperti gangguan aktifitas sehari-hari dan kehilangan waktu sekolah akibat dari nyeri punggung yang dialami oleh anak²¹. Meskipun efek jangka panjang dari beban tas berlebih belum diketahui secara pasti namun efek secara akut dapat dirasakan seperti penyebab tekanan syaraf disekitar leher yang dapat menyebabkan kejang otot, leher, dan nyeri bahu¹. Saat ini beban tas berlebih yang mengakibatkan nyeri punggung pada anak-anak sekolah menjadi topik baru dalam permasalahan kesehatan. Perhatian Internasional telah diperlihatkan melalui beberapa tentang berat tas **tidak** mendasikan dibawa oleh siswa tidak melebihi 10% dari berat badan diantaranya yang ditetapkan oleh *American Occupational Therapy Association (AOTA)*, *American Academy of Orthopaedic Surgeon (AAOS)*, and *Intertional Chiropractic Pediatric Association (ICPA)*².

Tujuan

Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan nyeri punggung pada siswa MITQ Azhar Centre Makassar tahun 2015.

Metode

Penelitian ini berupa survey analitik yang bersifat observasional dengan desain potong silang (*cross sectional*) yang dilakukan di Madrasah Ibtidaiyyah Tahfidzul Quran (MITQ) Azhar Centre Makassar pada tahun 2015. Populasi yaitu keseluruhan siswa kelas III, IV dan V MITQ Azhar Centre Makassar yang berjumlah 100 anak

Hasil

Hubungan Beban Tas dengan Keluhan Nyeri Punggung pada Siswa MITQ Azhar Centre Makassar Tahun 2015

Beban Tas	Keluhan Nyeri Punggung				Total	p value	
	Ada		Tidak				
	n	%	n	%	n	%	
Berlebih	37	61,7	23	38,3	60	100	0,046
Normal	12	37,5	20	62,5	32	100	
Total	49	53,3	43	46,7	92	100	

Hubungan Pemilihan Tas dengan Keluhan Nyeri Punggung pada Siswa MITQ Azhar Center Makassar Tahun 2015

Pemilihan Tas	Keluhan Nyeri Punggung				Total	Pvalue	
	Ada		Tidak				
	n	%	n	%	n	%	
Berisiko	10	76,9	3	23,1	13	100	0,122
Kurang Berisiko	39	49,4	40	47,6	79	100	
Total	49	53,3	43	46,7	92	100	

Hubungan Cara Bawa Tas terhadap Keluhan Nyeri Punggung pada Siswa MITQ Azhar Center Makassar Tahun 2015

Cara Bawa Tas	Keluhan Nyeri Punggung				Total	pvalue	
	Ada		Tidak				
	n	%	n	%	n	%	
Satu bahu	5	62,5	3	37,5	8	100	0,719
Dua bahu	44	52,4	40	47,6	84	100	
Total	49	53,3	43	46,7	92	100	

Hubungan Indeks Massa Tubuh terhadap Keluhan Nyeri Punggung pada Siswa MITQ Azhar Center Makassar Tahun 2015

Indeks Massa Tubuh	Keluhan Nyeri Punggung				Total	pvalue	
	Ada		Tidak				
	n	%	n	%	n	%	
Gizi Tidak Normal	27	61,4	17	38,6	44	100	0,200
Gizi Normal	22	45,8	26	54,2	48	100	
Total	49	53,3	43	46,7	92	100	

Pembahasan

Anak yang memunyai kebiasaan membawa beban tas berlebih lebih rentan terhadap kejadian nyeri punggung. Tas yang baik adalah tas yang sesuai dengan ukuran tubuh yang dilihat dari cara menggantung tas tidak melewati 4 inch dari pinggang (tidak melebihi pantat), harus memiliki tali yang dilapisi busa menurunkan ketidaknyamanan dan risiko gangguan integritas kulit, *weist belt* yang berfungsi mengurangi tekanan dibahu dengan cara mendistribusikan tekanan kebagian pelvis dan pinggul, dan memiliki kantung dalam tas dengan tujuan agar siswa menempatkan barang bawaannya secara efektif¹

Melihat hasil persentase siswa yang membawa tas dengan satu bahu (berisiko) lebih tinggi (62,5%) dibandingkan dengan siswa yang membawa tas dengan dua bahu kurang berisiko (52,4%) sehingga cara membawa tas berpengaruh terhadap keluhan nyeri punggung pada siswa MITQ Center Makassar yang melaporkan bahwa 29% anak yang membawa tas dengan dua bahu dilaporkan merasakan nyeri punggung dan 50% anak yang membawa tas dengan satu bahu merasakan nyeri punggung, meskipun secara statistik tidak menunjukkan hubungan antara cara bawa tas dengan keluhan nyeri punggung⁸. Untuk hasil yang sama pada uji statistik IMT, namun hal yang perlu diperhatikan pada penelitian ini adalah banyaknya siswa yang menderita nyeri punggung dengan status gizi tidak normal (61,4%) dibandingkan dengan siswa yang mengeluhkan nyeri punggung dengan status gizi normal (45,8%) meskipun hasil uji tidak menunjukkan adanya hubungan antara gizi dengan keluhan nyeri punggung pada anak di MITQ Azhar Center Makassar. Tingginya keluhan nyeri pada anak dengan status gizi tidak normal, seperti status gemuk dan obesitas dikarenakan terjadi peningkatan beban pada tulang belakang dan ketika anak mengangkat beban yang berat maka akan meningkatkan risiko terjadinya nyeri punggung pada anak. Sedangkan anak dengan status gizi kurang seperti kurus dan kurus sekali dikatakan lebih rentan dengan keluhan nyeri punggung diakibatkan kurang nutrisi yang mengakibatkan anak lemas **tempat** anak sekolah dengan aktifitas tinggi⁹

Simpulan Dan Saran

Simpulan terhadap penelitian yang dilakukan di siswa MITQ Center Makassar tahun 2015 yaitu terdapat hubungan antara beban tas dengan keluhan nyeri punggung pada siswa Madrasah Ibtidaiyyah Tahfidzul Qur'an Center Makassar (*pvalue*=0,046), tidak terdapat hubungan antara pemilihan tas dengan keluhan nyeri punggung pada siswa MITQ Center Makassar tahun 2015 (*pvalue*=0,122), cara membawa tas dengan keluhan nyeri punggung pada siswa MITQ Center Makassar tahun 2015 (*pvalue*= 0,719), dan indeks massa tubuh dengan keluhan nyeri punggung pada siswa MITQ Center Makassar tahun 2015 (*pvalue*= 0,200).

Daftar Pustaka

- American occupational Therapy Association. (online) Backpack Awareness: One of Many Ways That Occupational Therapists Serve Students. 2009. <http://www.aota.org/News/Consumer/Backpack08>, diakses 18 februari 2015
- Behastipour, N. 2012. The Effect of Heavy School Bag Weight on Physical Problem in Children and Adolescence. *archdiscchild -2012-302724 adc.bnj.com* Shiraz: Iran (online) [http://www.idosi.org/wasi/wasi17\(11\)12/20.pdf](http://www.idosi.org/wasi/wasi17(11)12/20.pdf) diunduh 11 oktober 2014
- Faisal, Muhammad. 2012. Hubungan Asupan Zat Gizi Mikro dengan Status Gizi Siswa SD Impres 2 Pannampu Kecamatan Tallo Kota Makassar Tahun 2012. *Skripsi Peminatan Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat*. Makassar: Universitas Hasanuddin
- Farhood, H. F. 2013. Low Back Pain in Schoolchildren: the Role of School Bag Weight and Carryng Way. *Natural Science Research Vol.3. No.8 2013*. Babylon University: Irak. (online) http://www.google.co.id/url?sa=t&source=web&cd=2&ved=0CCEQFjAB&url=http%3A%2F%2Fwww.iiste.org%2FJournals%2FInde s.php%2FJNSR%3Farticle%2Fdownload%2F6921%2F7018&ei=hQ_bvPCe8apuWs-sYlgCg&usq=AFJQjCNG9I9HuAEjBdFHT4hJyw3-zRSlCxx&sig2=qHDLeworWjOkSxw5k6Y1Q diunduh 10 Oktober 2014
- Hendri, E. F. 2014. Hubungan Penggunaan Backpack dengan Kejadian Low Back pada Mahasiswa Universitas Riau. Program Studi Ilmu Keperawatan. Universitas Riau: Riau (online) <http://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/3411> diunduh 17 oktober 2014
- Jayson, M. 2002. *Nyeri Punggung*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Sastroasmoro, S dkk. 2011. *Dasar-Dasar Penelitian Klinis* Edisi ke-4. Jakarta: Sagung Seto
- Siddiqui, C. H. 2009. Heavy Backpack Weigh of Elementary (online) http://bagsafety.weebly.com/uploads/2/0/1/4/20144364/siddiqui-hung-heavybackpacks-april09_nocd.doc pdf diunduh 19 oktober 2014
- Sya'bani, P. D. 2014. Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Backpack Safety Terhadap Keluhan Nyeri Pinggang pada Siswa Kelas 5 di Kel.Tegalpanjang, Garut. *Skripsi Fakultas Ilmu Keperawatan Program Reguler*. Depok: Universitas Indonesia (online) <http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20312684-S%2043158%20Hubungan%20tingkat-full%20text.pdf> diunduh 17 oktober 2014.
- Valerie Rise, et al. 2011. An Educational Exercise on Backpack for School Children: Including children, Faculty and Parents. <http://www.childergo.com/backpacksergonomics.pdf/2011>, diakses 25 februari 2015