

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*Musculoskeletal disorders* adalah gangguan pada tendon, ligamen, jaringan otot, dan sistem saraf yang ditandai oleh rasa nyeri dan berkurangnya kemampuan fisik dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Kondisi *musculoskeletal* secara akumulatif akan memberikan dampak signifikan terhadap keterbatasan mobilitas dan ketangkasan yang merujuk pada pensiun dini, rendahnya tingkat kesejahteraan, dan kurangnya partisipasi di lingkungan sosial. *Low back pain*, berdasarkan laporan WHO tahun 2021, dinyatakan sebagai penyebab utama terjadinya disabilitas di antara kondisi *musculoskeletal* lainnya. *Low back pain* adalah rasa nyeri yang menyerang punggung bagian bawah. *Low back pain* merupakan kondisi yang umum dialami oleh orang dewasa di dunia dengan frekuensi yang relatif tinggi pada populasi umum, yaitu sebesar 50% – 80% (Nygaard *et al.*, 2020). Dengan presentase berkisar 15%—45% setiap tahunnya, masyarakat dengan kategori usia dewasa menderita penyakit *low back pain* (AZ *et al.*, 2019).

Di Indonesia, berdasarkan data dari Institute for Health Metrics and Evaluation (IHME) tahun 2019, terjadi peningkatan prevalensi penderita *low back pain* di tahun 2016 sampai dengan 2019. Pada tahun 2016, masyarakat berusia 20 – 29 tahun memiliki prevalensi sebesar 2.494.330 jiwa. Di tahun 2019, prevalensi populasi yang menderita *low back pain* sebesar 2.527.087 jiwa. Peningkatan prevalensi *low back pain* yang terjadi dari 2016 sampai 2019 sebesar 32.757 jiwa. Selain itu, diketahui sejak pandemi COVID-19 berlangsung, sebanyak 45,3% orang mengalami *low back pain* di Indonesia (Condrowati *et al.*, 2020).

Rendahnya kesadaran terhadap penyakit *low back pain* ditunjukkan melalui besar presentase masyarakat yang mengalami *low back pain*. Gejala awal *low back pain* yang diabaikan berkepanjangan dapat berkembang menjadi *chronic low back pain*. Perubahan *low back pain* menjadi *chronic low back pain* ditandai dengan rasa

nyeri yang dirasakan selama lebih dari 3 bulan (Last, 2009). Kondisi ini secara signifikan dapat memberikan pengaruh terhadap produktivitas penderita *low back pain* dalam bekerja ataupun melakukan kegiatan harian.

Maka dari itu, penulis mengajukan perancangan kampanye mengenai pencegahan bahaya penyakit *low back pain*. Perancangan kampanye ini ditujukan untuk meningkatkan kesadaran dan mengedukasi masyarakat mengenai penyakit *low back pain*. Melalui perancangan kampanye ini, penulis berupaya untuk mewujudkan masyarakat yang sadar dan memahami gejala *low back pain*, dampak yang dirasakan, serta pencegahannya.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis menuliskan rumusan masalah untuk perancangan media informasi sebagai berikut, “Bagaimana perancangan kampanye sebagai bentuk pencegahan bahaya penyakit *low back pain* untuk usia 20 – 29 tahun?”.

## **1.3 Batasan Masalah**

Perancangan media informasi mengenai bahaya penyakit *low back pain* untuk usia 20 – 29 tahun dibatasi:

### **1.3.1 Demografis**

Jenis Kelamin : Perempuan dan laki-laki

Usia : 20 – 29 tahun

Kategori usia dewasa awal berdasarkan kategori usia yang dinyatakan oleh Hurlock (1990) dimulai dari usia 18 – 40 tahun. Usia tersebut termasuk dalam kategori usia produktif yang aktif berkegiatan. Kategori usia ini juga sudah mampu untuk mengambil dan bertanggung jawab terhadap keputusan sendiri, serta sudah mampu mengekspresikan diri lebih baik dari segi pemikiran, sikap, dan perilaku (Ali dan Asrori, 2005:105). Usia 20 – 29 tahun dipilih karena berdasarkan hasil wawancara dengan ahli, keluhan mengenai *low back pain* biasanya muncul di usia 30 tahun ke atas sehingga diupayakan pencegahan *low back pain* di rentang usia 20 – 29 tahun.

Tingkat Ekonomi : SES A – B  
Pendidikan : SMA atau sederajat, Kuliah  
Pekerjaan : Mahasiswa, pegawai

### 1.3.2 Geografis

Primer : Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, Bekasi  
(Jabodetabek)  
Sekunder : Seluruh wilayah Indonesia

### 1.3.3 Psikografi

Psikografi dari perancangan kampanye yang ditujukan kepada dewasa usia 20 – 29 tahun adalah sebagai berikut:

- 1) Mempunyai maupun tidak mempunyai keluhan *low back pain*
- 2) Aktif menggunakan sosial media dan internet
- 3) Mempunyai keinginan menjaga kualitas hidup

## 1.4 Tujuan Tugas Akhir

Perancangan tugas akhir ini ditujukan untuk merancang kampanye mengenai bahaya penyakit *low back pain* dalam upaya meningkatkan kesadaran dan pemahaman masyarakat atas akibat jangka panjang dari penyakit ini dan pencegahan yang dapat dilakukan.

## 1.5 Manfaat Tugas Akhir

Berikut ini adalah manfaat yang diperoleh dari perancangan tugas akhir mengenai *low back pain*:

### 1.5.1 Manfaat Bagi Penulis

Melalui perancangan tugas akhir ini, penulis memperoleh pengetahuan lebih mengenai *low back pain*, mengetahui pentingnya olahraga dan menjaga postur tubuh ketika sedang duduk. Penulis diberikan kesempatan untuk mengimplementasikan ilmu yang sudah didapat selama menimba ilmu di Universitas Multimedia Nusantara. Selain itu, penulis juga belajar untuk merancang karya desain yang berbasis pada fenomena nyata dan mengasah kemampuan dalam membuat karya tulis.

### **1.5.2 Manfaat Bagi Orang Lain**

Perancangan ini dapat dijadikan sebagai sarana edukasi dan informasi bagi masyarakat yang menderita ataupun ingin tahu lebih banyak mengenai *low back pain*, khususnya untuk usia 20 – 29 tahun yang berada di daerah Jakarta, Bogor, Depok, Tangerang, dan Bekasi.

### **1.5.3 Manfaat Bagi Universitas**

Perancangan ini dapat dimanfaatkan sebagai tambahan referensi pustaka bagi universitas dan juga mahasiswa yang akan melakukan perancangan Tugas akhir di masa yang akan datang.



# UMN

UNIVERSITAS  
MULTIMEDIA  
NUSANTARA