

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Postur tubuh adalah posisi dan penyebaran beban pada tubuh yang dihasilkan oleh koordinasi otot dan tulang rangka. Postur yang baik memainkan peran penting dalam menjaga kesehatan dan kenyamanan fisik seseorang (Goldberg et al., 2007). Di sisi lain, postural kifosis adalah salah satu kelainan postur yang dapat terjadi ketika ada ketidakseimbangan atau ketegangan otot-otot yang mendukung tulang belakang bagian atas, khususnya pada area tulang belakang toraks. Kifosis ini dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, termasuk nyeri punggung, gangguan pernapasan, dan bahkan penurunan kualitas hidup (Larivière et al., 2017).

Mahasiswa Fakultas Kedokteran (FK) memiliki beban akademik dan sosial yang tinggi selama masa studi mereka. Mereka sering menghabiskan banyak waktu untuk belajar, duduk di meja, dan membaca literatur medis, yang mungkin mempengaruhi postur tubuh mereka. Kebiasaan postur tubuh yang buruk saat belajar atau bekerja dapat meningkatkan risiko perkembangan postural kifosis pada mahasiswa FK (Kendall et al., 2005). Lebih lanjut, postural kifosis yang tidak diatasi dengan baik pada tahap awal dapat menjadi masalah kronis yang berkepanjangan, bahkan setelah lulus dari program studi kedokteran (Negrini et al., 2015).

Studi-studi sebelumnya telah menyelidiki hubungan antara kebiasaan postur tubuh dan postural kifosis pada populasi yang berbeda. Namun, masih kurangnya penelitian yang secara khusus fokus pada mahasiswa FK. Fakultas Kedokteran memiliki karakteristik unik, termasuk beban belajar yang tinggi dan tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan mahasiswa dari jurusan lain. Oleh karena itu, penting untuk memahami hubungan antara kebiasaan postur tubuh mereka dengan postural kifosis guna mengidentifikasi faktor-faktor risiko yang mungkin berperan (Silva et al., 2015).

Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan pengetahuan ini dengan menyelidiki hubungan antara kebiasaan postur tubuh pada mahasiswa FK Universitas Prima Indonesia (UNPRI) dengan postural kifosis. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih baik tentang faktor-faktor yang berkontribusi terhadap perkembangan postural kifosis pada mahasiswa FK UNPRI dan dapat digunakan sebagai dasar untuk

mengembangkan intervensi yang dapat membantu mencegah atau mengelola masalah postur tubuh ini secara efektif (Kado et al., 2004).

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang dapat disimpulkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana profil kebiasaan postur tubuh mahasiswa Fakultas Kedokteran (FK) Universitas Prima Indonesia (UNPRI)?
2. Apakah terdapat hubungan antara kebiasaan postur tubuh dengan perkembangan postural kifosis pada mahasiswa FK UNPRI?
3. Sejauh mana faktor-faktor seperti durasi duduk, penggunaan alat teknologi, dan tingkat aktivitas fisik berperan dalam hubungan antara kebiasaan postur tubuh dengan postural kifosis pada mahasiswa FK UNPRI?
4. Bagaimana dampak postural kifosis terhadap kualitas hidup mahasiswa FK UNPRI?
5. Apakah ada perbedaan dalam profil kebiasaan postur tubuh, tingkat postural kifosis, dan kualitas hidup antara mahasiswa FK UNPRI yang berjenis kelamin berbeda?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan uraian latar belakang dapat disimpulkan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Untuk mengidentifikasi dan mendeskripsikan profil kebiasaan postur tubuh mahasiswa Fakultas Kedokteran (FK) Universitas Prima Indonesia (UNPRI).
2. Untuk menilai hubungan antara kebiasaan postur tubuh dengan perkembangan postural kifosis pada mahasiswa FK UNPRI.
3. Untuk menganalisis sejauh mana faktor-faktor seperti durasi duduk, penggunaan alat teknologi, dan tingkat aktivitas fisik memengaruhi hubungan antara kebiasaan postur tubuh dan postural kifosis pada mahasiswa FK UNPRI.
4. Untuk mengevaluasi dampak postural kifosis terhadap kualitas hidup mahasiswa FK UNPRI.
5. Untuk membandingkan profil kebiasaan postur tubuh, tingkat postural kifosis, dan kualitas hidup antara mahasiswa FK UNPRI yang berjenis kelamin berbeda.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

**Manfaat bagi Peneliti**

Untuk menambah pengetahuan dan wawasan peneliti tentang hubungan kebiasaan postur tubuh dengan postural kifosis

**Manfaat bagi Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia**

Mendapatkan data untuk melakukan riset selanjutnya

**Manfaat bagi Masyarakat**

Mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang pentingnya menjaga postur tubuh yang baik dan dampak negatif yang dapat timbul akibat kebiasaan postur tubuh yang buruk.