

Gambaran *low back pain* pada pasien dewasa muda di Rumah Sakit Sumber Waras

Fanuel Victor Setiawan¹, Arwinder Singh^{2,*}

¹ Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

² Bagian Bedah Saraf Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

*korespondensi email: arwinder@fk.untar.ac.id

ABSTRAK

Pertambahan usia dan beban kerja memperlihatkan perubahan fisik yang signifikan. Keadaan ini menyebabkan timbulnya berbagai penyakit. *Low back pain* atau nyeri punggung bawah, salah satu contohnya, umumnya mulai terjadi pada usia produktif hingga lansia namun memiliki penyebab yang berbeda. Keluhan ini dapat menyebabkan terganggunya fungsi keseharian individu. Studi ini dilakukan untuk mengetahui berbagai macam gambaran yang ditemui pada individu dewasa muda yang menderita nyeri punggung bawah. Data subjek yang digunakan pada studi deskriptif observasional ini berasal dari pencatatan rekam medis individu dengan nyeri punggung bawah dan diikuti oleh data identitas individu dengan nyeri punggung bawah yang memiliki rentang usia 20-40 tahun (dewasa muda). Data yang dilihat terkait keluhan, penatalaksanaan, tipe nyeri yang dirasakan, dan penyebab dari nyeri punggung bawah. Hasil studi menunjukkan kelompok usia 27-33 tahun (29 orang; 39,2%) dan jenis kelamin perempuan (47 orang; 63,5%) merupakan kelompok yang paling banyak atau sering memiliki keluhan nyeri punggung bawah. Penyebab terbanyak keluhan dikarenakan trauma dan *hernia nucleus pulposus* (HNP). Tipe nyeri yang dirasakan individu paling banyak ialah nyeri yang menjalar (35 orang; 47,3%). Sebanyak 70 (94,6%) orang diberikan tatalaksana secara konservatif. Sebagai kesimpulan, individu dengan kelompok usia 27-33 tahun dan jenis kelamin perempuan merupakan kelompok usia yang paling sering terkena nyeri punggung bawah dengan penyebab terbanyak ialah trauma dan HNP, nyeri yang paling sering dirasakan merupakan nyeri yang menjalar dan sebagian besar individu diberikan tatalaksana secara konservatif.

Kata kunci: nyeri punggung bawah; low back pain; dewasa muda

ABSTRACT

Increasing age and workload show significant physical changes. This situation causes various diseases. Low back pain, for example, generally begins from the productive age until the elderly but has different causes. These complaints can cause disruptions to an individual's daily functions. This study was conducted to determine the various features encountered in young adults suffering from low back pain. The subject data used in this descriptive observational study came from recording medical records of individuals with low back pain, followed by identity data for individuals with low back pain who had an age range of 20–40 years (young adults). The data seen is related to complaints, management, type of pain felt, and causes of lower back pain. The study results showed that the age group 27–33 years (29 people; 39.2%) and female gender (47 people; 63.5%) were the groups that had the most or most frequent complaints of low back pain. The most common causes of complaints are trauma and herniated nucleus pulposus (HNP). The most common type of pain individuals feel is radiating pain (35 people; 47.3%). A total of 70 (94.6%) people were given conservative management. In conclusion, individuals in the 27–33 year age group and females are the group most frequently affected by lower back pain, with the most common causes being trauma and HNP, the pain most often felt is radiating pain, and the majority of individuals are treated conservatively.

Keywords: low back pain; young adult

PENDAHULUAN

Beban kerja dan tanggung jawab seorang individu akan meningkat seiring dengan bertambahnya usia. Ketika seorang individu memasuki masa dewasa, terdapat perubahan baik secara fisik, intelektual, dan peran sosial.¹ *Low back pain* atau nyeri punggung bawah juga merupakan salah satu alasan paling sering seorang individu datang ke rumah sakit dan berakibat kepada berkurangnya produktivitas individu tersebut.² Nyeri punggung bawah dapat muncul kepada seorang individu seiring bertambah usia dan ditambah berbagai macam faktor yang mempengaruhi. Selain itu, penyebab terjadinya nyeri punggung bawah sangat beragam tergantung pertambahan usia individu. Nyeri yang dirasakan oleh penderita sangatlah beragam, ada yang merasakan nyeri yang bersifat lokal, menjalar, spasmodik hingga radikuler. Keluhan nyeri dapat diperberat juga pada beberapa posisi tertentu.³ Pengenalan berbagai macam faktor tersebut dapat membantu individu mencegah nyeri punggung bawah menjadi kronis, meningkatkan kualitas hidup, dan juga produktivitas seorang individu.⁴ Tujuan studi ini adalah untuk mengetahui gambaran nyeri punggung bawah pada pasien dewasa muda (20-40 tahun) di Rumah Sakit Sumber Waras.

METODE PENELITIAN

Studi observasional ini menggunakan desain metode deskriptif dan teknik *total sampling* dipilih untuk pengambilan sampel pada rekam medis Rumah Sakit Sumber Waras. Data individu dengan nyeri punggung bawah yang berumur 20-40 tahun yang tercatat dalam rekam medis. Data yang juga dilihat terkait keluhan, penatalaksanaan, tipe nyeri yang dirasakan, dan penyebab dari nyeri punggung bawah. Pengambilan sampel dilaksanakan dari bulan Juni 2023 sampai dengan bulan Oktober 2023. Studi ini telah didapatkan atas seizin pihak Rumah Sakit Sumber Waras dan pihak Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, lalu data tersebut diolah di aplikasi SPSS. Kemudian data disajikan dalam bentuk tabel.

HASIL PENELITIAN

Jumlah data subjek yang didapatkan pada studi ini sebanyak 74 subjek. Nyeri punggung terbanyak pada studi ini dialami oleh kelompok individu dalam rentang usia 27-33 tahun dengan jumlah 29 (39,2%) orang. Rerata usia subjek studi ialah 30,53 (2,07) tahun dengan rentang usia 20-40 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, individu dengan nyeri punggung paling banyak berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 47 (63,5%) orang. Sebanyak 26 (35.1%) orang pada

penelitian ini menderita nyeri punggung bawah secara murni tanpa ada penyebab yang mendasarinya, namun 48 (64,9%) orang mengalami nyeri punggung bawah dengan beragam penyebab. Penyebab terbanyak ialah trauma (11 orang) dan *hernia nucleus pulposus* (7 orang). Berdasarkan karakteristik nyeri yang dirasakan oleh individu pada studi ini, nyeri terbanyak yang dirasakan ialah

nyeri menjalar dengan jumlah 35 (47,3%) orang. Tatalaksana konservatif merupakan tatalaksana yang paling banyak diberikan kepada individu pada studi ini, dengan jumlah 70 (94,6%) orang. (Tabel 1)

Tabel 1. Gambaran subjek studi (N=74)

Variabel	Jumlah (%)
Kelompok usia (tahun)	
20-26	20 (27,0%)
27-33	29 (39,2%)
34-40	25 (33,8%)
Jenis kelamin	
Laki-laki	27 (36,5%)
Perempuan	47 (63,5%)
Penyebab	
Idiopatik/LBP murni	26 (35,1%)
Trauma	11 (14,9%)
HNP	7 (9,5%)
Kejang otot	6 (8,1%)
Covid-19	3 (4,1%)
Skoliosis	2 (2,7%)
Cystitis	2 (2,7%)
Spondylosis lumbal	2 (2,7%)
Skoliosis	2 (2,7%)
Stroke	2 (2,7%)
Penyakit degeneratif diskus	2 (2,7%)
Mioma subserosum	2 (2,7%)
Neuritis	1 (1,4%)
Epilepsi	1 (1,4%)
Stenosis spinal	1 (1,4%)
Myelopati	1 (1,4%)
Urolithiasis	1 (1,4%)
Kusta neural	1 (1,4%)
Infeksi saluran kemih	1 (1,4%)
Polineuropati	1 (1,4%)
Diabetes melitus	1 (1,4%)
Karakteristik nyeri	
Lokal	14 (28,9%)
Menjalar	35 (47,3%)
Tidak spesifik	25 (33,8%)
Tatalaksana	
Konservatif	70 (94,6%)
Operatif	4 (5,4%)

PEMBAHASAN

Individu dengan usia 27-33 tahun merupakan individu yang paling banyak memiliki nyeri punggung bawah pada studi ini. Hal ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Meucci, dkk bahwa dewasa muda dengan usia 24-39 tahun lebih sering mengalami nyeri punggung bawah. Usia 24-39 lebih tinggi mengalami nyeri punggung bawah karena adanya paparan pekerjaan kantor atau rumah tangga yang membebani punggung bawah serta proses artikular degeneratif yang akan terlihat setelah usia 30 tahun.⁵ Namun, Wang, dkk. mendapatkan bahwa subjek yang lebih rentan terkena nyeri punggung bawah ialah usia sekolah (6-19 tahun). Faktor yang mendukung usia sekolah lebih tinggi mengalami nyeri punggung bawah ialah faktor psikologis, fluktuasi dan juga faktor hormon. Produksi hormon di usia sekolah sangat tinggi sehingga dapat memengaruhi nyeri punggung bawah. Selain usia sekolah, usia di atas 65 tahun juga lebih tinggi

mengalami nyeri punggung bawah karena adanya proses *aging*.^{5,6}

Berdasarkan tingkat jenis kelamin, studi ini menunjukkan bahwa jenis kelamin perempuan lebih banyak yang menderita nyeri punggung bawah. Hasil ini sejalan dengan studi yang dilakukan Wang, dkk, di mana perempuan khususnya yang sudah mengalami postmenopause lebih tinggi mengalami nyeri punggung bawah. Estrogen berpartisipasi dalam berbagai proses biologis melalui mekanisme molekuler yang berbeda. Penipisan kolagen umumnya terjadi pada tulang dan kulit pada periode pascamenopause karena penurunan kadar estrogen. Estrogen berperan penting dalam etiologi dan patofisiologi berbagai penyakit degeneratif muskuloskeletal. Perubahan fisiologis tulang belakang disebabkan oleh tingkat hormon seks yang relatif lebih rendah setelah menopause pada Wanita dan juga terjadinya percepatan degenerasi cakram lumbal.⁶ Hasil studi ini bertentangan dengan studi yang dilakukan oleh Fatoye, dkk. di mana terjadinya LBP pada laki-laki lebih tinggi. Tekanan psikologis dan stres juga dialami oleh laki-laki sehingga dapat memengaruhi faktor resiko dari LBP.⁷

Subjek studi yang mengalami nyeri punggung bawah terbanyak ialah akibat beragam penyebab terutama trauma dan HNP. Studi Ali, dkk juga mendapatkan

hasil yang serupa. Penyebab nyeri punggung bawah pasti memiliki penyebab secara langsung pada manusia. Faktor yang memengaruhi nyeri punggung bawah pada pekerja kantor umumnya ialah waktu kerja yang panjang, penyakit kronis, obesitas dan aktivitas fisik.⁸

Pada penelitian ini, jenis tatalaksana yang dilakukan pada pasien nyeri punggung bawah terbanyak ialah secara konservatif. Hasil ini sejalan dengan studi Lee, dkk, di mana tatalaksana konservatif cukup efektif pada sebagian besar kasus LBP. Faktor-faktor untuk prognosis yang tidak menguntungkan dapat berguna dalam perencanaan pengobatan. Pilihan manajemen konservatif, termasuk pendidikan, intervensi psikologis, latihan terapi yang berbeda dan *bracing*, akhirnya mengarah pada program latihan di rumah yang independen dan mandiri. Sedangkan pada LBP spesifik yang dapat disebabkan karena ada suatu hal yang mendasarinya mungkin lebih memerlukan tatalaksana operatif untuk mengatasinya.⁹ Namun, studi Evans, dkk lebih memilih tatalaksana operatif memiliki peranan yang lebih besar dalam mengurangi nyeri punggung bawah.¹⁰

KESIMPULAN

Individu dengan kelompok usia 27-33 tahun dan jenis kelamin perempuan

merupakan kelompok usia yang paling sering terkena nyeri punggung bawah dengan penyebab terbanyak ialah trauma dan HNP, nyeri yang paling sering dirasakan merupakan nyeri yang menjalar dan sebagian besar individu diberikan tatalaksana secara konservatif.

DAFTAR PUSTAKA

1. Santrock, John W. Life Span Development. Edisi XIII. Jakarta: Erlangga; 2012.
2. Noor Z. Buku Ajar Gangguan Muskuloskeletal. Edisi II. Jakarta: Salemba Medika; 2016.
3. Setiati S, Alwi I, Sudoyo AW, Simandibrata M, Setiyohadi B, Syam, AF. Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam, Jilid III, Edisi VI. Jakarta: Interna Publishing; 2014
4. Ganesan S, Acharya AS, Chauhan R, Acharya S. Prevalence and risk factors for low back pain in 1,355 young adults: a cross-sectional study. *Asian Spine J.* 2017;11(4):610-7.
5. Meucci RD, Fassa AG, Faria NMX. Prevalence of chronic low back pain: systematic review. *Rev Saude Publica.* 2015;49:1.
6. Wáng YXJ, Wáng JQ, Káplár Z. Increased low back pain prevalence in females than in males after menopause age: evidences based on synthetic literature review. *Quant Imaging Med Surg.* 2016;6(2):199–206.
7. Fatoye F, Gebrye T, Odeyemi I. Real-world incidence and prevalence of low back pain using routinely collected data. *Rheumatol Int.* 2019;39(4):619–26.
8. Ali M, Ahsan GU, Hossain A. Prevalence and associated occupational factors of low back pain among the bank employees in Dhaka City. *J Occup Health.* 2020;62(1):e12131.
9. Lee SW, Nguyen D, Mack D, Aguila E, Thomas M, Doddy K. Conservative management of low back pain. *HCA Healthc J Med.* 2021;2(5):319-28.
10. Evans L, O'Donohoe T, Morokoff A, Drummond K. The role of spinal surgery in the treatment of low back pain. *Med J Aust.* 2023;218(1):40–5.