



**ANALISIS FAKTOR RISIKO *LOW BACK PAIN* (LBP) SELAMA
PEMBELAJARAN JARAK JAUH (PJJ) PADA MAHASISWA UPN
VETERAN JAKARTA TAHUN 2020**

SKRIPSI

**ANISA VIDYAKOVA AULIYA PRAMESWITA
1710713004**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2021**



**ANALISIS FAKTOR RISIKO *LOW BACK PAIN* (LBP) SELAMA
PEMBELAJARAN JARAK JAUH (PJJ) PADA MAHASISWA UPN
VETERAN JAKARTA TAHUN 2020**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat**

**ANISA VIDYAKOVA AULIYA PRAMESWITA
1710713004**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2021**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah Saya nyatakan dengan benar,

Nama : Anisa Vidyakova Auliya Prameswita

NIM : 1710713004

Tanggal : 03 Februari 2021

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan Saya ini, maka Saya bersedia dituntut dan diproses sesuai ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 03 Februari 2021

Yang menyatakan,



(Anisa Vidyakova A.P)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN PUBLIKASI**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Anisa Vidyakova A.P
NRP : 1710713004
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Jenis Karya : ~~Tugas Akhir~~/Skripsi/~~Tesis~~*

Demi pengembangan ilmu pengetahuan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-Exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah yang berjudul: Analisis Faktor Risiko *Low back pain* (LBP) Selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) pada Mahasiswa UPN Veteran Jakarta Tahun 2020. Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/ mempublikasikan skripsi Saya selama tetap mencantumkan nama Saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini Saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada Tanggal : 03 Februari 2021



(Anisa Vidyakova A.P)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Anisa Vidyakova Auliya Prameswita
NRP : 1710713004
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul Skripsi : Analisis Faktor Risiko *Low back pain* (LBP) Selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) pada Mahasiswa UPN Veteran Jakarta Tahun 2020

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.

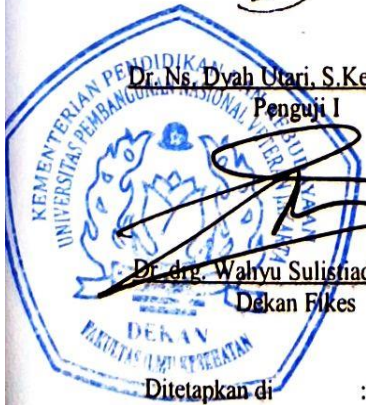

Azizah Musliha Fitri, SKM., MPH
Ketua Penguji


Dr. Ns. Dyah Utari, S.Kep, MKKK
Penguji I


Ulya Oulan Karima, SKM, M.Epid
Penguji II (Pembimbing)


Dr. drg. Wahyu Sulistriadi, MARS
Dekan Fikes


Arga Buntara, SKM, MPH
Ka. Progdik Kesehatan Masyarakat
Program Sarjana


Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 03 Februari 2021

ANALISIS FAKTOR RISIKO *LOW BACK PAIN* (LBP) SELAMA PEMBELAJARAN JARAK JAUH (PJJ) PADA MAHASISWA UPN VETERAN JAKARTA TAHUN 2020

Anisa Vidyakova Auliya Prameswita

Abstrak

COVID-19 menyebar hampir ke seluruh penjuru dunia. COVID-19 diperkirakan dapat meningkatkan *low back pain* karena adanya perubahan sistem pembelajaran dari luring menjadi daring. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor risiko *low back pain* (LBP) selama pembelajaran jarak jauh (PJJ) pada mahasiswa UPN Veteran Jakarta Tahun 2020. Jenis penelitian ini analitik kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel penelitian ini adalah 425 mahasiswa aktif UPN Veteran Jakarta. Data diperoleh dengan penyebaran kuesioner secara *online* dan analisis data yang digunakan adalah *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa yang mengalami keluhan *low back pain* sebanyak 318 responden (74,8%). Hasil analisis statistik menunjukkan adanya peningkatan risiko LBP pada perempuan (POR = 1,80, 95% CI: 1,09-2,96) dibandingkan laki-laki, stress ringan (POR = 2,83, 95% CI: 1,58-5,09), stress sedang (POR = 2,63, 95% CI: 1,46-4,93), stress berat (POR = 2,93, 95% CI: 1,47-5,82) dibandingkan kategori stress normal, dan posisi belajar tidak ergonomis (POR = 3,01, 95% CI: 1,90-4,76) dibandingkan posisi belajar ergonomis. Tidak ditemukan hubungan yang signifikan pada faktor umur, IMT, perilaku merokok, aktivitas fisik sedang, aktivitas fisik tingkat rendah dan durasi belajar. Oleh karena itu, diperlukannya edukasi mengenai faktor risiko LBP dan cara mencegahnya.

Kata Kunci: COVID-19, *Low back pain*, Mahasiswa, Pembelajaran jarak Jauh, Posisi Belajar, Stres

LOW BACK PAIN (LBP) RISK FAKTOR ANALYSIS DURING ONLINE LEARNING FOR STUDENTS AT UPN VETERAN JAKARTA IN THE YEAR OF 2020

Anisa Vidyakova Auliya Prameswita

Abstract

COVID-19 has spread to almost all corners of the world. COVID-19 is expected to increase low back pain due to a change in the learning system from offline to online. The purpose of this study was to analyze the risk factors for low back pain (LBP) during distance learning (PJJ) among UPN Veteran Jakarta students in 2020. This type of research was quantitative analytic with a cross-sectional design. The sampling technique used purposive sampling with the number of samples of this study were 425 active students of UPN Veteran Jakarta. Data obtained by distributing questionnaires online and data analysis used is Chi-Square. The results showed that 318 respondents (74.8%) had complaints of low back pain. The results of statistical analysis showed an increased risk of LBP in women (POR = 1.80, 95% CI: 1.09-2.96) compared to men, with mild stress (POR = 2.83, 95% CI: 1.58 -5.09), moderate stress (POR = 2.63, 95% CI: 1.46-4.93), severe stress (POR = 2.93, 95% CI: 1.47-5.82) compared normal stress category, and the learning position is not ergonomic (POR = 3.01, 95% CI: 1.90-4.76) than the ergonomic learning position. There was no significant relationship between age, BMI, smoking behavior, moderate physical activity, low levels of physical activity and duration of study. Therefore, education is needed about LBP risk factors and how to prevent them.

Keywords: COVID-19, Low back pain, Online learning, Learning Position, Stress, Students

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah **“Analisis Faktor Risiko *Low back pain* (LBP) Selama Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) pada Mahasiswa UPN Veteran Jakarta Tahun 2020”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan program Sarjana Kesehatan Masyarakat Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Tahun 2021.

Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberikan dukungan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulis mengucapkan terima kasih kepada orang tua, Ibu Sri Rejeki Intan Nurcahya, yang selalu bersedia menemani dan memberikan saran serta bantuan dalam proses pembuatan skripsi ini. Disamping itu, ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi, Bapak Arga Buntara, SKM, MPH selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Ibu Ulya Qoulun Karima, SKM, M.Epid selaku Dosen Pembimbing I dan Ibu Dr. Ns. Dyah Utari, S.Kep, MKKK selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan arahan dan bimbingannya. Ucapan terima kasih juga saya sampaikan kepada pihak UPN Veteran Jakarta yang telah memberikan izin penelitian pada mahasiswa UPN Veteran Jakarta.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan sehingga kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh pembaca pada umumnya dan penulis pada khususnya.

Jakarta, 3 Februari 2021

Penulis

Anisa Vidyakova A.P

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
 BAB I PENDAHULUAN	 1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Rumusan Masalah.....	3
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
I.5 Ruang Lingkup	5
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 7
II.1 Definisi Low back pain.....	7
II.2 Klasifikasi Low back pain	8
II.3 Gejala Low back pain	9
II.4 Faktor Risiko <i>Low back pain</i>	10
II.5 Penelitian Terdahulu	18
II.6 Kerangka Teori	21
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 22
III.1 Kerangka Konsep	22
III.2 Hipotesis.....	23
III.3 Definisi Operasional.....	25
III.4 Desain Penelitian.....	29
III.5 Lokasi Penelitian.....	29
III.6 Populasi dan Sampel	29
III.7 Metode Pengumpulan Data	30
III.8 Instrumen Penelitian.....	30
III.9 Pengolahan data	31
III.10 Analisis Data	33
III.11 Etika Penelitian	34
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 35
IV.1 Gambaran Umum Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta	35
IV.2 Hasil Analisis Univariat.....	36

IV.3 Hasil Analisis Bivariat.....	40
IV.4 Pembahasan	45
IV.5 Keterbatasan Penelitian	53
 BAB V PENUTUP.....	55
V.1 Kesimpulan.....	55
V.2 Saran	56
 DAFTAR PUSTAKA	58
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Penelitian Terdahulu	18
Tabel 2	Definisi Operasional	25
Tabel 3	Distribusi Keluhan LBP	36
Tabel 4	Distribusi Skala Nyeri Keluhan LBP	37
Tabel 5	Responden Berdasarkan Fakultas Mahasiswa UPN Veteran.....	37
Tabel 6	Gambaran Responden berdasarkan Faktor Pembelajaran.....	38
Tabel 7	Gambaran Responden Berdasarkan Faktor Individu	39
Tabel 8	Hubungan Faktor Pembelajaran dengan Keluhan LBP	40
Tabel 9	Hubungan Faktor Risiko Individu dengan Keluhan LBP	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	21
Gambar 2	Kerangka Konsep	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Penjelasan Sebelum Persetujuan
Lampiran 2	Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)
Lampiran 3	Lembar Kuisisioner
Lampiran 4	Surat Permohonan Izin Penelitian dan Pebgambilan Data
Lampiran 5	Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 6	Surat Permohonan Etik
Lampiran 7	Persetujuan Etik
Lampiran 8	Dokumentasi Kegiatan
Lampiran 9	Uji Univariat
Lampiran 10	Uji Bivariat
Lampiran 11	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 12	Hasil TurnItIn