



**HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, LAMA KERJA,
DAN DUDUK TERHADAP KELUHAN *LOW BACK PAIN* PADA
KARYAWAN PT ALTUS LOGISTICS SERVICES INDONESIA
DI MASA PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

KHAIRANA ANGGRAINI

1710713021

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



**HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, LAMA KERJA,
DAN DUDUK TERHADAP KELUHAN *LOW BACK PAIN* PADA
KARYAWAN PT ALTUS LOGISTICS SERVICES INDONESIA
DI MASA PANDEMI COVID-19**

SKRIPSI

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

KHAIRANA ANGGRAINI

1710713021

**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 : Khairana Anggraini
NRP : 1710713021
Tanggal : 21 Juli 2021

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan persyaratan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 21 Juli 2021

Yang menyatakan,



(Khairana Anggraini)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khairana Anggraini
NRP : 1710713021
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

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 saya yang berjudul: “Hubungan Karakteristik Individu, Lama Kerja, dan Duduk terhadap Keluhan *Low Back Pain* pada Karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia di Masa Pandemi COVID-19”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih, media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan 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: 21 Juli 2021

Yang menyatakan,



(KhairanaAnggraini)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Khairana Anggraini
NRP : 1710713021
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Karakteristik Individu, Lama Kerja, dan Duduk terhadap Keluhan *Low Back Pain* pada Karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia di Masa Pandemi COVID-19

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



Arga Buntara, SKM., MPH

Ketua Penguji



Anif Amir Amrullah, S.Kp., M.KKK
Penguji I



Dr. drg. Wahyu Solistiadi, MARS
Dekan FIKES



Terry Yuliana, SKM., MKM

Penguji II (Pembimbing)



Arga Buntara, SKM., MPH

Ka. Prodi Kesehatan Masyarakat
Program Sarjana

Ditetapkan di: Jakarta
Tanggal Ujian: 21 Juli 2021

HUBUNGAN KARAKTERISTIK INDIVIDU, LAMA KERJA, DAN DUDUK TERHADAP KELUHAN *LOW BACK PAIN* PADA KARYAWAN PT ALTUS LOGISTICS SERVICES INDONESIA DI MASA PANDEMI COVID-19

Khairana Anggraini

Abstrak

Pekerja kantoran merupakan pekerjaan dengan prevalensi yang tinggi akan gangguan *musculoskeletal disorders* (MSDs). Gangguan MSDs pada pekerja kantor biasa terjadi pada bagian punggung, tangan, leher, lengan, pundak, dan pergelangan tangan. *Low Back Pain* salah satu bagian dari MSDs, berupa rasa nyeri pada area punggung atau bagian bawah punggung yaitu antara tulang iga ke-12 dan lipatan bokong yang difaktori oleh berbagai hal terkait dengan individu serta pekerjaannya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara karakteristik individu, lama kerja dan duduk karyawan terhadap keluhan *low back pain*. Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia dengan teknik pengambilan sampel *total sampling* yang diperoleh sebesar 46 sampel. Hasil analisis menggunakan uji *chi square* dan *fisher's exact* menunjukkan faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan *low back pain* yaitu jenis kelamin (p -value = 0,013; POR = 11,88), lama kerja (p -value = 0,001; POR = 15,19), dan lama duduk (p -value = 0,009; POR = 19,43). Oleh karena itu, karyawan disarankan untuk melakukan peregangan tubuh setiap 20 menit sekali serta menjaga pola hidup sehat.

Kata Kunci: Karyawan, *Low Back Pain*, Lama Kerja, Lama Duduk

THE RELATION BETWEEN INDIVIDUAL CHARACTERISTICS, WORK HOURS, AND PROLONGED SITTING ON LOW BACK PAIN IN PT ALTUS LOGISTICS SERVICES INDONESIA'S EMPLOYEES DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Khairana Anggraini

Abstract

Office workers are jobs with a high prevalence of musculoskeletal disorders (MSDs). MSDs in office workers usually occur on the back, hands, neck, arms, shoulders, and wrists. Low Back Pain is one part of MSDs, in the form of pain in the back area or the lower back, namely between the 12th rib and the buttocks fold which is factored by various things related to the individual and their work. The purpose of this study was to determine the relationship between individual characteristics, work hours and prolonged sitting on complaints of low back pain. This study used a cross sectional approach. The population of this study was employees of PT Altus Logistics Services Indonesia with a total sampling technique of 46 samples. The results of the analysis using the chi square test and fisher's exact showed the factors associated with low back pain complaints, gender (p-value = 0,013; POR = 11,88), work hours (p-value = 0,001; POR = 15, 19), and prolonged sitting (p-value = 0,009; POR = 19,43). Therefore, employees are advised to stretch every 20 minutes and maintain a healthy lifestyle.

Keywords: Employee, Low Back Pain, Prolonged Sitting, Work Hours

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala karunia-Nya penulis diberikan kelancaran untuk dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul *Hubungan Karakteristik Individu, Lama Kerja, dan Duduk terhadap Keluhan Low Back Pain pada Karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia di Masa Pandemi COVID-19*. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Sarjana Kesehatan Masyarakat Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Tahun 2021.

Dalam kesempatan ini, penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada kedua orang tua penulis yang selalu memberikan dukungan moral dan materi dalam kelancaran penulisan skripsi ini. Rasa terima kasih juga penulis sampaikan kepada para responden penelitian akan kesediannya berpartisipasi pada penelitian ini. Secara khusus penulis sampaikan terima kasih kepada Ibu Terry Yuliana, MKM dan Bapak Afif Amir Amrullah, M.KKK sebagai dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu untuk membimbing dan menuntun penulis agar dapat menyelesaikan skripsi ini dengan sebaik-baiknya. Terima kasih pula kepada Deka, Khusnul, Ujang, Reyvi, Nara, Ira, Dewi, Anggi, dan rekan-rekan yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu, yang selalu memberikan dukungan positif dan nasihat kepada penulis dari awal hingga akhir perjalanan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya, bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh pembaca dan semoga Allah SWT dapat membalas segala doa serta kebaikan yang telah diberikan.

Jakarta, Juli 2021

Penulis



Khairana Anggraini

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	4
I.3. Tujuan Penelitian	5
I.4. Manfaat Penelitian	6
I.5. Ruang Lingkup.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
II.1. Low Back Pain	8
II.2. Faktor Risiko <i>Low Back Pain</i>	12
II.3. Masa Pandemi COVID-19	19
II.4. Nordic Body Map	20
II.5. Kerangka Teori	21
II.6. Penelitian Terdahulu	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	26
III.1. Kerangka Konsep.....	26
III.2. Hipotesis Penelitian	28
III.3. Definisi Operasional	29
III.4. Desain Penelitian	32
III.5. Lokasi dan Waktu Penelitian	32
III.6. Populasi dan Sampel	32
III.7. Teknik Pengumpulan Data.....	32
III.8. Instrumen Penelitian	33
III.9. Pengolahan Data	35
III.10. Analisis Data.....	36
III.11. Etika Penelitian	37
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
IV.1 Gambaran Umum PT Altus Logistics Services Indonesia.....	39
IV.2 Hasil Penelitian	41

IV.3 Pembahasan Hasil Penelitian	47
BAB V PENUTUP.....	54
V.1 Kesimpulan	54
V.2 Saran	55
DAFTAR PUSTAKA	56
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Batas Ambang Indeks Massa Tubuh (IMT).....	13
Tabel 2	Penelitian Terdahulu	23
Tabel 3	Operasional	29
Tabel 4	<i>Nordic Body Map</i>	34
Tabel 5	Distribusi Frekuensi Keluhan <i>Low Back Pain</i> pada Karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia	41
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Keluhan <i>Low Back Pain</i> pada Setiap Departemen di PT Altus Logistics Services Indonesia	42
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Karakteristik Individu, Lama Kerja dan Duduk Karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.....	42
Tabel 8	Hubungan Karakteristik Individu terhadap Keluhan <i>Low Back Pain</i> pada Karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia	44
Table 9	Hubungan Lama Kerja terhadap Keluhan <i>Low Back Pain</i> pada Karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.....	46
Tabel 10	Hubungan Lama Duduk terhadap Keluhan <i>Low Back Pain</i> pada Karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.....	46

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Tulang Belakang	8
Gambar 2	<i>Nordic Body Map</i>	22
Gambar 3	Kerangka Teori.....	23
Gambar 4	Kerangka Konsep	31
Gambar 5	<i>Nordic Body Map</i>	36

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 2 Surat Balasan Izin Pendahuluan dan Penelitian
- Lampiran 3 Surat Permohonan *Ethical Clearance*
- Lampiran 4 Surat *Ethical Clearance*
- Lampiran 5 Persetujuan Setelah Penjelasan
- Lampiran 6 *Informed Consent*
- Lampiran 7 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 8 Hasil Uji Univariat
- Lampiran 9 Hasil Uji Bivariat
- Lampiran 10 Dokumentasi Kuesioner *Google Form*
- Lampiran 11 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 12 Hasil Turnitin