

HUBUNGAN POSISI DUDUK TERHADAP KELUHAN LOW BACK PAIN PADA PEKERJA MAL CINERE TAHUN 2021

Alif Putra Suryaprobo

Abstrak

Low back pain adalah suatu penyakit yang dirasakan nyeri dibagian daerah punggung bawah yang salah satunya disebabkan oleh posisi duduk yang salah. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan posisi duduk dan faktor faktor internal seperti usia, jenis kelamin, status merokok, aktivitas fisik, IMT, masa kerja terhadap keluhan *Low Back Pain* pada pekerja Mal Cinere. penelitian ini menggunakan metode analitik kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling* sehingga responden pada penelitian ini berjumlah 50 orang. Hasil uji chi square menunjukkan ada hubungan antara usia (p value $0,005 < 0,05$), IMT (p value $0,010 < 0,05$), aktivitas fisik (p value $0,040 < 0,05$), posisi duduk (pvalue $0,043 < 0,05$) dengan keluhan low backpain dan tidak ada hubungan antara masa kerja (pvalue $0,794 > 0,05$), jenis kelamin (p value $0,943 > 0,05$), status merokok (pvalue $0,927 > 0,05$) dengan keluhan *Low Back Pain*. Kesimpulan didapatkan bahwa terdapat hubungan antara usia, IMT, aktivitas fisik, posisi duduk terhadap keluhan *Low Back Pain*. Oleh karena itu, disarankan para pekerja lebih memperhatikan kesehatannya termasuk memperhatikan posisi duduk sehari hari agar mengurangi kemungkinan terjadinya kelelahan otot yang diakibatkan posisi statis pada saat bekerja.

Kata Kunci : *Low Back Pain*, Posisi Duduk, Faktor internal

THE CORRELATION BETWEEN SITTING POSITION AND INDIVIDUAL CHARACTERISTICS TO LOW BACK PAIN COMPLAINT AMONG WORKERS AT CINERE MALL 2021

Abstract

Alif Putra Suryaprobo

Lower Back Pain is a disease where pain occurs in the lower back area, one of which is caused by incorrect sitting position. The purpose of this study was to analyze the relationship between sitting position and internal factors such as age, gender, smoking status, physical activity, BMI, years of service to symptoms of Lower Back Pain in Cinere Mall workers. This study uses quantitative analytical methods with a cross sectional study design. The sampling technique used is total sampling so that the respondents in this study amounted to 50 people. The results of the chi square test showed that there was a relationship between age (p value $0.005 < 0.05$), BMI (p value $0.010 < 0.05$), physical activity (p value $0.040 < 0.05$), sitting position (p-value $0.043 < 0.05$) with symptoms of Lower Back Pain and there is no relationship between years of service (p-value $0.794 > 0.05$), gender (p value $0.943 > 0.05$), smoking status (p-value $0.927 > 0.05$) with symptoms of Lower Back Pain. The conclusion of this study is that there is a relationship between age, BMI, physical activity, sitting position where complaints of Lower Back Pain exist. Therefore, it is recommended that workers pay more attention to their health, including paying attention to their daily sitting position in order to reduce the possibility of muscle fatigue caused by a static position at work.

Keywords: Low Back Pain, Sitting Position, Internal factor