



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

SKRIPSI

ALIF PUTRA SURYAPROBO

1710713142

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



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

SKRIPSI

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

ALIF PUTRA SURYAPROBO

1710713142

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

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Alif Putra Suryaprobo

NIM : 1710713142

Tanggal : 19 Juli 2021

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

Jakarta, 19 Juli 2021

Yang Menyatakan,



(Alif Putra Suryaprobo)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Alif Putra Suryaprobo
NIM : 1710713142
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 Posisi Duduk Terhadap Keluhan *Low Back Pain* pada Pekerja Mal Cinere Tahun 2021”.

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 : 19 Juli 2021

Yang menyatakan,



(Alif Putra Suryaprobo)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Alif Putra Suryaprobo
NIM : 1710713142
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Posisi Duduk terhadap Keluhan *Low Back Pain* pada Pekerja di Mal Cinere

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.

Dr. Ns. Dyah Utari, S.Kep., M.KKK

Ketua Penguji

Cahya Arbitera, SKM., M.Kes

Penguji I



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan Fikes

Fathinah Ranggauni Hardy, SKM., M.Epid

Penguji II (Pembimbing)

Arga Buntara, SKM., MPH

Ka. Progdil Kesehatan Masyarakat
Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 19 Juli 2021

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

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena atas karuniaNya lah penulis dapat menyelesaikan mini proposal yang berjudul Hubungan Posisi Duduk Terhadap Keluhan *Low Back Pain* Pada Pekerja Mal Cinere guna sebagai syarat kelulusan sarjana Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, serta tak lupa penulis curahkan shalawat serta salam kepada Nabi Muhammad SAW.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Bapak Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Masyarakat UPN Veteran Jakarta, Bapak Arga Buntara, SKM, MPH selaku Kepala Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Ibu Fathinah Ranggauni Hardy, SKM, M.Epid selaku dosen pembimbing 1, serta Bapak Cahya Arbitera, SKM., M.Kes selaku dosen pembimbing 2 atas ilmu dan bimbingan yang diberikan selama ini. Terima kasih juga saya ucapkan kepada ayah, ibu serta adik tercinta yang sudah memberikan banyak dukungan dan doa selama proses mengerjakan skripsi. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada teman-teman kesehatan masyarakat angkatan 2017 yang sama-sama sedang berjuang atas dukungannya selama ini. Ucapan terima kasih juga kepada responden yaitu para pekerja Mal Cinere yang sudah bersedia menjadi responden pada penelitian ini.

Penulis menyadari bahwa pengerjaan proposal skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu penulis sanga berharap atas masukan dan kritik yang diberikan untuk dapat memotivasi penulis dalam mengerjakan skripsi ini. Besar harapanya agar penelitian ini dapat berguna dan bermanfaat bagi semua pihak.

Jakarta, Maret 2021

Penulis,
Alif Putra Suryaprobo

DAFTAR ISI

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
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Tujuan Penelitian	4
1.4. Manfaat Penelitian	4
1.5. Ruang Lingkup	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Low Back Pain	7
II.2 Faktor Risiko Low Back Pain	10
II.3 Posisi Duduk	15
II.4 Penelitian Terkait	16
II.5 Kerangka Teori	17
BAB III METODE PENELITIAN	19
III.1 Kerangka Konsep	19
III.2 Hipotesis Penelitian	19
III.3 Definisi Operasional	21
III.4 Desain Penelitian	23

III.5	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	23
III.6	Populasi dan Sampel.....	23
III.7	Pengumpulan Data.....	23
III.8	Instrumen Penelitian	24
III.9	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	24
III.10	Pengolahan Data.....	25
III.11	Teknik Analisis Data	28
III.12	Etika Penelitian.....	28
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN.....	30
IV.1.	Gambaran Umum Mal Cinere.....	30
IV.2.	Hasil Analisis Univariat	32
IV.3.	Hasil Analisis Bivariat	33
IV.4.	Pembahasan.....	38
IV.5.	Keterbatasan Penelitian	45
BAB V	PENUTUP.....	46
V.1.	Kesimpulan	46
V.2.	Saran.....	47
	DAFTAR PUSTAKA	48

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Penelitian Terkait	16
Tabel 2 Distribusi Frekuensi Keluhan Low Back Pain.....	32
Tabel 3 Distribusi Frekuensi Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Low Back Pain	32
Tabel 4 Hubungan Antara Usia Terhadap Keluhan Low Back Pain	33
Tabel 5 Hubungan Indeks Massa Tubuh terhadap Keluhan Low Back Pain.....	34
Tabel 6 Hubungan Antara Masa Kerja Terhadap Keluhan Low Back Pain	35
Tabel 7 Hubungan Antara Jenis Kelamin Terhadap Keluhan Low Back Pain	35
Tabel 8 Hubungan Antara Status Merokok Terhadap Keluhan Low Back Pain ..	36
Tabel 9 Hubungan Antara Aktivitas Fisik Terhadap Keluhan Low Back Pain	37
Tabel 10 Hubungan Antara Posisi Duduk Terhadap Keluhan Low Back Pain	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori.....	18
Gambar 2 Kerangka Konsep	19
Gambar 3 Struktur Organisasi Mal Cinere.....	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Permohonan Izin Penelitian
Lampiran 2	Surat Permohonan Izin Uji Validitas dan Reliabilitas
Lampiran 3	Surat Kode Etik (<i>Ethical Clearance</i>)
Lampiran 4	Surat Persetujuan Etik (<i>Ethical Approved</i>)
Lampiran 5	Persetujuan Setelah Penjelasan
Lampiran 6	Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)
Lampiran 7	Kuesioner Penelitian
Lampiran 8	Tabulasi Data
Lampiran 9	Output Uji Validitas dan Reliabilitas
Lampiran 10	Output Uji Normalitas
Lampiran 11	Output Univariat (Kategorik)
Lampiran 12	Output Uji Analisis Bivariat
Lampiran 13	Dokumen Kegiatan
Lampiran 14	Hasil Turnitin