



**HUBUNGAN ANTARA NYERI PUNGGUNG BAWAH DENGAN
KEGIATAN SEDENTARI PADA SISWA SMPN 9 DEPOK SELAMA
PANDEMI**

KARYA TULIS ILMIAH

AULIA NOOR PRADIPTA

1810702017

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA
2021**



**HUBUNGAN ANTARA NYERI PUNGGUNG BAWAH DENGAN
KEGIATAN SEDENTARI PADA SISWA SMPN 9 DEPOK SELAMA
PANDEMI**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk memperoleh Gelar
Ahli Madya Kesehatan**

AULIA NOOR PRADIPTA

1810702017

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA
2021**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Aulia Noor Pradipta

NIM : 1810702017

Tanggal : 13 Juli 2021

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

Jakarta, 13 Juli 2021



menyatakan

(Aulia Noor Pradipta)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Aulia Noor Pradipta
NIM : 1810702017
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Rights*) atas Karya Tulis Ilmiah saya yang berjudul:

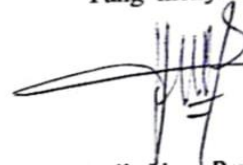
“Hubungan antara Nyeri Punggung Bawah dengan Kegiatan Sedetari pada Siswa SMPN 9 Depok Selama Pandemi Covid-19”

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, merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah ini 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 : 13 Juli 2021

Yang menyatakan,



Aulia Noor Pradipta

PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh:

Nama : Aulia Noor Pradipta
NIM : 1810702017
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga
Judul Karya Tulis Ilmiah : Hubungan Antara Nyeri Punggung Bawah Dengan
Kegiatan Sedentari Pada Siswa SMPN 9 Depok
Selama Pandemi Covid-19

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Eko Prabowo, S.Fis, M.Fis

Ketua Penguji



Purnamadyawati, SST.FT, S.Pd. M.Fis

Penguji I



Suci Wahyu Ismiyasa, S.Ft, M.Erg

Penguji II (Pembimbing)



Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Agustiyawan, SST.FT, M.Fis, Ftr

Ka. Prodi Fisioterapi Program Diploma Tiga

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 16 Juli 2021

HUBUNGAN ANTARA NYERI PUNGGUNG BAWAH DENGAN KEGIATAN SEDENTARI PADA SISWA SMPN 9 DEPOK SELAMA PANDEMI COVID-19

Aulia Noor Pradipta

Abstrak

Pada saat Covid-19 saat ini para remaja terutama remaja SMP lebih banyak menghabiskan waktu didepan *gadget* yang menyebabkan kurangnya kegiatan yang mengeluarkan banyak energi sehingga dapat terjadinya gangguan pada nyeri punggung bawah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara nyeri punggung dengan kegiatan sedentari pada siswa SMPN 9 Depok selama pandemi Covid-19. Metode penelitian ini adalah penelitian deskriptif korelatif dengan desain *cross sectional*. Parameter yang dipakai yaitu kuesioner berupa *Adolescent Sedentary Activity Questionnaire (ASAQ)* dan *Numeric Rating Scale (NRS)*. Analisis data menggunakan uji statistik. Dari hasil penelitian tersebut diikatakab bahwa hasil $p= 0,000$ ($p<0,05$) dan hasil uji *Chi-Square* sebesar 0,335 yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara nyeri punggung bawah dengan kegiatan sedentari.

Kata Kunci: kegiatan sedentari, nyeri punggung bawah, siswa SMP

CORRELATION OF LOW BACK PAIN WITH SEDENTARY BEHAVIOR TO STUDENTS OF SMPN 9 DEPOK DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Aulia Noor Pradipta

Abstract

When the Covid-19 currently teenagers especially junior high school spend more time in front of gadgets that causes a lack of bring out much energy and can occurrence of disabillities of low back pain. The research aims is to knowing correlation of low back pain with sedentary behavior to studentr=s of SMPN 9 Depok during the Covid-19 pandemic. The method of this research is descriptive correlative research with cross sectional design. The parameter used were Adolescent Sedentary Activity Questionnaire (ASAQ) and Numeric Rating Scale (NRS). Data analysys using statistica test. From of the research get results $p= 0,000 (<0,05)$ and the results of the Chi-Square test amounted to 0,335 which existence not correlation of low back pain and sedentary behavior.

Keywords: sedentary behavior, low back pain, junir high school student

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis ucapkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala karunia-Nya sehingga dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Akhir yang berjudul “Hubungan Nyeri Punggung Bawah Terhadap Kegiatan Sedentari Pada Siswa SMPN 9 Depok Selama Pandemi Covid-19”

Karya tulis ini disusun dan diajukan untuk memenuhi syarat perolehan gelar Amd. Kes pada fakultas kesehatan UPN Veteran Jakarta. Karya tulis ini dapat diselesaikan karena penulis menerima banyak dukungan dan bantuan. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Bapak Agustiyawan, SST.FT, M.Fis, Ftr selaku kepala program studi fisioterapi Universitas Pembangunan Veteran Jakarta yang telah memudahkan perizinan penelitian serta dorongan dan semangat beliau yang memotivasi penulis untuk menyelesaikan tugas akhir ini.
2. Ibu Suci Wahyu Ismiyasa, S.Ft., M.Erg selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan masukan selama proses penyusunan karya tulis ilmiah ini.
3. Bapak Pratiknyo dan Ibu Ery Isminiatun sebagai kedua orang tua penulis yang tak henti-hentinya memberikan dukungan dan doa kepada penulis.
4. Ray Gunawan H yang telah memberikan semangat, motivasi dan kasih sayangnya kepada penulis.
5. Putri Dyah R dan Fadhila Ismi M selaku tim penelitian penulis yang telah bekerja sama dalam melakukan penelitian ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis Akhir kata, penulsi mengharapkan masukan berupa kritik dan saran untuk melengkapi kekurangan dalam penulisan tugas karya ilmiah ini.

Jakarta, 02 Mei 2021

Penulis

Aulia Noor Pradipta

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACK	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Identifikasi Masalah.....	2
I.3 Rumusan Masalah.....	2
I.4 Tujuan Penelitian	3
I.5 Manfaat Penulisan.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	4
II.1 Nyeri Punggung Bawah.....	4
II.2 Kegiatan Sedentari.....	7
II.3 Pandemi Covid-19	8
II.4 <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i>	9
II.5 Kerangka Berpikir	10
II.6 Kerangka Konsep	11
BAB III METODE PENELITIAN.....	12
III.1. Desain Penelitian.....	12
III.2 Waktu dan Tempat Pengambilan Data	12
III.3 Populasi dan Sampel.....	13
III.4 Variabel Penelitian.....	15
III.5 Instrumen Penelitian	16
III.6 Prosedur Penelitian	17
III.7 Rencana Pengolahan dan Analisis Data Penelitian	18
BAB IV HASIL PENELITIAN	19
IV.1 Karakteristik Subyek Penelitian.....	20
IV.2 Uji Normalitas.....	21
IV.3 Uji Statistik	22
BAB V PEMBAHASAN	24
V. I Kondisi Subyek Penelitian.....	24
V.2 Hubungan Antara Nyeri Punggung Bawah Dengan Kegiatan Sedentari	25
V.3 Keterbatasan Penelitian	26

BAB VI PENUTUP	27
VI.1 Kesimpulan	27
DAFTAR PUSTAKA	28
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Desain Penelitian.....	11
Tabel 2 Variabel Independen	14
Tabel 3 Variabel Dependen.....	15
Tabel 4 Karakteristik Subyek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin, Usia dan IMT	20
Tabel 5 Karakteristik Variabel Independen Nyeri Punggung bawah.....	21
Tabel 6 Karakteristik Variabel Dependen Nyeri Punggung Bawah	21
Tabel 7 Uji Normalitas <i>Numeric Rating Scale</i> dan <i>Adolescent Sedentary Activity Questionnaire</i>	22
Tabel 8 Hasil Uji Analisis Hubungan Antara <i>Numeric Rating Scale</i> dengan ASAQ.....	23

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 <i>Numeric Rating Scale</i>	9
--	---

DAFTAR SKEMA

Skema 1 Kerangka Berpikir	9
Skema 2 Kerangka Konsep	10

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Ethical Approval
- Lampiran 2 Surat Persetujuan Pengesahan
- Lampiran 3 Informed Consent
- Lampiran 4 Hasil Uji SPSS
- Lampiran 5 Kuesioner
- Lampiran 6 Surat Pernyataan Bebas Plagiarism
- Lampiran 7 Hasil Uji Plagiarism