

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

Putri Dyah Ramadhani

Abstrak

Nyeri punggung bawah merupakan keluhan muskuloskeletal didaerah sekitar pinggang dan jika dibiarkan berlanjut akan mengakibatkan kelainan yang menetap pada otot dan kerangka tubuh yang akan menyebabkan pembatasan aktivitas. Dalam masa pandemi Covid-19 masyarakat diharuskan menjalani *physical distancing*, hal tersebut berdampak pada semua aspek kehidupan salah satunya pada bidang pendidikan yang mengharuskan siswa sekolah dari rumah masing-masing. tujuan penulisan Karya Tulis Ilmiah Akhir ini adalah untuk mengetahui hubungan antara nyeri punggung bawah dengan aktivitas fisik pada siswa selama pandemi Covid-19. Desain Studi Karya Tulis Ilmiah ini adalah *cross-sectional study* melalui kuesioner. Parmater yang digunakan untuk mengukur nyeri punggung bawah menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan aktivitas fisik menggunakan *Physical Activity Questionnaire for Adolescents* (PAQ-A). Berdasarkan hasil olah data menggunakan SPSS 25 didapatkan sebanyak 111 dari 222 responden (50%) tidak mengalami nyeri punggung bawah. Setelah uji korelasi dengan menggunakan chi-square didapatkan nilai $p=0,388$. Kesimpulan hasil penelitian nyeri punggung bawah tidak berhubungan dengan aktivitas fisik.

Kata Kunci: Aktivitas fisik, Nyeri punggung bawah, Siswa SMP

CORRELATION AMONG LOW BACK PAIN WITH PHYSICAL ACTIVITY FOR STUDENT AT SMPN 9 DEPOK DURING THE COVID-19 PANDEMIC

Putri Dyah Ramadhani

Abstract

Low back pain is musculoskeletal diseases around the waist and if allowed continue will effect abnormality fix on the muscle and skeleton which will effect activity restrictions. During the Covid-19 pandemic society was required to undergo physical distancing, it has an impact on all of aspects of life on of the is in the field of education which sends students to school from their homes. The purpose of writing scientific papers this final is to know the relationship of low back pain with physical activity on student during the Covid-19 pandemic. The design of this final scientific writing study is a cross- sectional study thorough a questionnaire. Parameters use to measure low back pain using the Numeric Rating Scale (NRS) and physical activity using the physical activity Questionnare for Adolescentsfor Adolescents (PAQ-A). Based on the results of data processing using SPSS 25 It was found that 111 of 222 respondents (50%) no have low back pain. After doing the correlation test using chi-square, obtained p value= 0,388. The conclusion of the research results of low back pain is not related to physical activity.

Keywords: *Junior high school students, Low back pain, Physical activity*