

# HUBUNGAN ANTARA NYERI PUNGGUNG BAWAH DENGAN KUALITAS TIDUR PADA SISWA SMPN 9 DEPOK SELAMA PANDEMI COVID-19

Fadhila Ismi Mahdalena

## Abstrak

Nyeri punggung bawah merupakan masalah gangguan muskuloskeletal pada punggung bagian bawah yang dapat mengenai siapa saja baik seseorang dengan usia muda dan usia lanjut yang menyebabkan rasa tidak nyaman dan menghambat aktifitas keseharian. Dalam masa pandemi Covid-19 manusia harus tetap aktif dengan cara yang berbeda dikarenakan adanya *physical distancing* dan *social distancing*. Hal itu memberikan pengaruh pada hampir seluruh bidang kehidupan manusia, diantaranya yaitu aspek dalam bidang pendidikan yang mewajibkan seluruh siswa sekolah belajar dari rumah mereka masing-masing. Tujuan penulisan Karya Tulis Ilmiah Akhir ini yaitu untuk mengetahui hubungan antara nyeri punggung bawah dengan kualitas tidur pada siswa sekolah yang berlangsung selama pandemi Covid-19. Desain studi Karya Tulis Akhir Ilmiah ini *adala cross-sectional study* melalui kuesioner. Parameter yang digunakan adalah kuesioner NRS untuk mengukur nyeri punggung bawah dan PSQI untuk mengukur kualitas tidur. Berdasarkan hasil data SPSS 25 didapatkan hasil  $p= 0,000$  ( $p<0,05$ ) dan hasil uji *Spearman's rho* sebesar 0,322 yang menunjukkan bahwa adanya hubungan antara nyeri punggung bawah dengan kualitas tidur.

**Kata kunci:** Kualitas tidur, Siswa, Nyeri punggung bawah

# **CORRELATION OF LOW BACK PAIN WITH SLEEP QUALITY TO STUDENTS OF SMPN 9 DEPOK DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

**Fadhila Ismi Mahdalena**

## **Abstract**

Low back pain is musculoskeletal problems in the lower back that can affect everyone, both young and old which causes discomforts and obstruct the daily activities. During the pandemic of Covid-19 the human must still active with different ways due to physical distancing and social distancing. It has an impact almost all sectors of human life, adjoining is the educational aspects that requires students to learning from their home. The purpose of writing scientific papers this final is to know the relationship of low back pain with sleep quality to students of SMPN 9 Depok during the Covid-19 pandemic. The design of this final scientific writing study is a cross-sectional study through kuesioner. Parameters to measure is the kuesioner of NRS to measure low back pain and PSQI to measure sleep quality. Based on the results of SPSS 25 data procure  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) and Spearman's rho the value is 0,322 which shows that low back pain have a relationship with sleep quality.

**Keywords:** Sleep quality, Students, Low back pain