



HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN KOMPUTER DENGAN *LOW BACK PAIN* PADA KARYAWAN PERUSAHAAN KONTRAKTOR DI TANGERANG

KARYA TULIS ILMIAH

ROYAN YUDIARDANA

1910702042

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA

2022



**HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN KOMPUTER DENGAN *LOW BACK PAIN* PADA KARYAWAN PERUSAHAAN KONTRAKTOR DI
TANGERANG**

KARYA TULIS ILMIAH

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

ROYAN YUDIARDANA

1910702042

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA
2022**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Royan Yudiardana

NIM : 1910702042

Tanggal : 16 Juni 2022

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

Jakarta, 16 Juni 2022

Yang menyatakan,



Royan Yudiardana

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KTI UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMISI**

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

Nama : Royan Yudiardana
NIM : 1910702042
Fakultas : 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 Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Hubungan Durasi Penggunaan Komputer Dengan Keluhan *Low Back Pain* Pada Karyawan Perusahaan Kontraktor Di Tangerang”**

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 Karya Tulis Ilmiah 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 : 16 Juni 2022
Yang menyatakan,



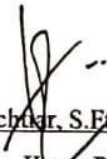
Royan Yudiardana

PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh :

Nama : Royan Yudiardana
NIM : 1910702042
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga
Judul Karya Tulis Ilmiah : Hubungan Durasi Penggunaan Komputer dengan
Keluhan *Low Back Pain* pada Karyawan
Perusahaan Kontraktor di Tangerang

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.


Farahdina Bachtiar, S.Ft, Physio, M.Sc, AIFO


Ketua Penguji


Rena Mailani, S.Ft, M.Biomed, AIFO

Penguji I

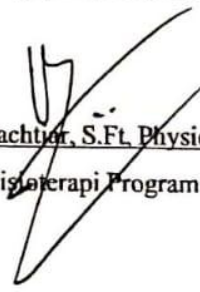

Agustiyawan, SST.Ft, M.Fis, Ftr, AIFO

Penguji II (Pembimbing)


Dr. Drs. Wahyu Sulistiadi, MARS
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 23 Mei 2022


Farahdina Bachtiar, S.Ft, Physio, M.Sc, AIFO

Ka. Prodi Fisioterapi Program Diploma Tiga

HUBUNGAN DURASI PENGGUNAAN KOMPUTER DENGAN KELUHAN *LOW BACK PAIN* PADA KARYAWAN PERUSAHAAN KONTRAKTOR DI TANGERANG

Royan Yudiardana

Abstrak

Latar Belakang: Karyawan kantor atau pegawai ialah orang yang kerja dalam satu himpunan, baik tempat negeri atau swasta. Profesi yang ini begitu banyak ditemukan di perkotaan contohnya Jakarta. Umumnya para pekerja itu membuang waktunya 6 - 8 jam di dalam kantor, yang menyebabkan kesempatan tuk bergerak sgt terbatas hingga mengakibatkan ketidak aktifan fisik Faktor-faktor yang memengaruhi terjadi nyeri punggung bawah ialah factor individu, factor pekerjaan, dan faktor lingkungan ialah usia, jenis kelamin, lama saat kerja, durasi penggunaan komputer mengira- ngira kalua dari segala penyakit akibat bekerja, MSDs mempunyai prevalensi mencapai angka 60%, dengan bagian tubuh yang bermasalah ialah bagian punggung. **Tujuan Peneliti:** Untuk mengetahui bagaimana hubungan durasi penggunaan komputer dengan masalah *low back pain* pada pekerja perusahaan kontraktor di Tangerang. **Metode:** Penelitian kali ini memakai metode *cros-ssectional study* dengan 20 sampel total responden melalui kuesioner. Variabel yang digunakan di penelitian kali ini ialah Durasi Penggunaan Komputer sebagai variable yang independen dan *Low Back Pain* sebagai variable yang dependen. **Hasil:** berdasarkan olah hasil uji SPSS 24 di dapatkan *correlation coefficient Pearson* menunjukkan nilai signifikan 0,011 untuk hubungan lama duduk dengan *neck pain*. **Kesimpulan:** Dari hasil analisa penelitian kali ini ditemukan ada hubungan antara durasi penggunaan komputer dengan *low back pain* pada karyawan Kontraktor di Tangerang.

Kata Kunci : nyeri punggung bawah, durasi penggunaan komputer, karyawan,
Oswestry Low Back Pain Disability

THE RELATIONSHIP OF DURATION OF COMPUTER USE WITH LOW BACK PAIN COMPLAINTS ON EMPLOYEES OF CONTRACTOR COMPANIES IN TANGERANG

Royan Yudiardana

Abstract

Background: An office employee or employee is someone who works in an organization, be it government or private. This profession is often found in big cities like Jakarta. Usually they spend from 6 - 8 hours in the office, which makes time to move actively is very limited so it tends to cause physical inactivity. Factors that will influence the occurrence of low back pain are individual factors, work factors, and environmental factors, namely age, gender, length of working, duration of computer use. Estimates that of all occupational diseases, MSDs have a prevalence of up to 60%, with the most frequently affected body part, namely the back. **Research Objectives:** To find out how the duration of computer use is related to problems of low back pains among all employees of contractor companies in Tangerang. **Methods:** The research used a cross-sectional study method with 20 respondents as a sample through a questionnaire. The variables used in this study were the duration of computer use as an independent variable and Low Back Pain as a dependent variable. **Results:** Based on the results I did with SPSS 24 test, the Pearson correlation coefficient showed a significant value of 0.011 for the relationship between long sitting and neck pain. **Conclusion:** From this result of my analysis of this study, it was found that there is a relationship between the duration of computer use and low back pain for contractor employees in Tangerang.

Keywords : low back pain, duration of computer use, employees,
Oswestry Low Back Pain Disability

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan saya nikmat sehat sehingga saya dapat Menyusun Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Hubungan Durasi Penggunaan Komputer Dengan Keluhan *low back pain* Pada Karyawan Perusahaan Kontraktor di Tangerang.” ini dengan baik dan tepat waktu. Shalawat serta salam semoga terlimpah kepada baginda tercinta Rasulullah SAW yang senantiasa kita nantikan syafaatnya di akhirat nanti.

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat Bapak Agustiyawan, SST.FT, M.Fis, Ftr. AIFO selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran yang sangat bermanfaat, serta senantiasa saya ucapkan terimakasih kepada seluruh dosen dan staf Program Studi Fisioterapi yang telah banyak mendidik dan membantu saya hingga sekarang.

Selesai nya penulisan ini juga tidak luput dari dukungan orang-orang yang mendukung saya. Terimakasih kepada orang tua penulis yakni Suspriadi (Ayah) dan Maryuni (Bunda) serta Rasya Dwinova (Adik) yang selalu menjadi motivasi bagi saya untuk terus semangat dalam penulisan ini. Terimakasih kepada seluruh teman-teman Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan yang selalu mendukung saya, serta teman-teman seperjuangan Fisioterapi Program Diploma Tiga 2019 yang telah berjuang bersama sampai akhir.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penulisan karya tulis ilmiah ini. Penulis berharap semoga tugas karya tulis ilmiah ini memberikan manfaat bagi semua pihak yang membacanya. Akhir kata penulis mengharapkan masukkan berupa kritik dan saran untuk melengkapi kekurangan dalam penulisan karya tulis ilmiah ini.

Jakarta, 22 Febuari 2022

Penulis,
(Royan Yudiardana)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR	x
TABEL SKEMA.....	xii
TABEL TABEL	xi
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
I.1 Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
I.2 Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
I.3 Tujuan Penulisan.....	Error! Bookmark not defined.
I.4 Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
II.1 Definisi Durasi Penggunaan Komputer...	Error! Bookmark not defined.
II.2 Teknik Pengukuran Data	Error! Bookmark not defined.
II.3 Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN.....	Error! Bookmark not defined.
III.1 Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.
III.2 Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
III.3 Desain Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
III.4 Lokasi dan Waktu Pengambilan Data	Error! Bookmark not defined.
III.5 Populasi Dan Sampel	Error! Bookmark not defined.
III.6 Instrumen Penelitian	Error! Bookmark not defined.
III.7 Metode Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
III.8 Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
III.9 Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
IV.1 Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
IV.2 Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
BAB V PENUTUP.....	Error! Bookmark not defined.
V.1 Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
V.2 Saran.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKA**Error! Bookmark not defined.**
RIWAYAT HIDUP
LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Tulang Belakang	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2	<i>Nordic Body Map</i>	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Definisi Operasional Variabel Independen dan Dependen	19
Tabel 2	Karakteristik Subjek Penelitian.....	26
Tabel 3	Karakteristik Variabel Independen Durasi Penggunaan Komputer	27
Tabel 4	Distribusi Frekuensi Tingkat Keluhan Neck Pain.....	23
Tabel 5	Uji Normalitas.....	23
Tabel 6	Uji Hipotesis	24

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
Skema 2	Kerangka Konsep.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Penjelasan Sebelum Persetujuan
Lampiran 2	Informed Consent
Lampiran 3	Ethical Clearance
Lampiran 4	PSP Hasil Uji SPSS
Lampiran 5	Kuesioner G Form
Lampiran 6	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 7	Surat Pernyataan Bebas Plagiarism
Lampiran 8	Hasil Cek Plagiarism
Lampiran 9	Kartu Monitoring