

HUBUNGAN ANTARA DURASI BERKENDARA TERHADAP RISIKO NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA KURIR EKSPEDISI

Erina Pramesti

Abstrak

Latar Belakang: Nyeri Punggung Bawah adalah kasus kesehatan yang paling umum berkisar 50-80% pada kalangan orang dewasa berdasarkan usia kerja. Individu cenderung pernah mengalami Nyeri Punggung Bawah di beberapa titik dengan tingkat kekambuhan hingga 85%. Sepeda motor menjadi alat transportasi utama bagi hampir semua orang. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi timbulnya Risiko nyeri punggung bawah adalah durasi berkendara yang panjang. **Tujuan Penelitian:** Untuk dapat mengetahui hubungan antara durasi berkendara terhadap Risiko nyeri punggung bawah pada kurir ekspedisi. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Dengan sampel 67 kurir ekspedisi dengan tingkat kesalahan sebesar 5%. penelitian ini dilaksanakan secara online melalui kuesioner *google form*. **Hasil Penelitian:** Hasil yang didapatkan pada nilai durasi berkendara terbanyak pada kategori lebih dari empat jam dengan persentase 95,5% dan nilai pada kategori tidak ada risiko nyeri punggung bawah terbanyak dengan persentase 59,7%. Analisa bivariante menggunakan uji chi square untuk mengetahui hubungan antara durasi berkendara terhadap risiko nyeri punggung bawah didapatkan hasil p sebesar $0.394 < 0.05$ dengan kekuatan hubungan lemah. Kesimpulan dari penelitian ini menghasilkan bahwa tidak adanya hubungan antara durasi berkendara dengan risiko nyeri punggung bawah pada kurir ekspedisi.

Kata Kunci: Berkendara, Nyeri Punggung Bawah, Kurir, *The Pain and Distress Scale*

The Correlation Between Of Driving Duration and The Risk Of Low Back Pain Of The Expedition Courier

Erina Pramesti

Abstract

Background: Low Back Pain is the most common health case, ranging from 50-80% among adults based on working age. Individuals are likely to have experienced Low Back Pain at some point with a recurrence rate of up to 85%. Motorcycles are the main means of transportation for almost to everyone. One of the factors that can influence the onset of complaints of low back pain is the long duration of driving. **Research Purposes:** To be able to determine the relationship between driving duration and complaints of low back pain in expedition couriers. **Methods:** This study uses a correlational quantitative research design with a cross-sectional approach. With a sample of 67 expedition couriers with an error rate of 5%. This research was conducted online through a Google form questionnaire. **Results Researches:** The results shown that obtained for the highest value of driving duration were in the category of more than four hours with a percentage of 95.5% and the value in the no risk category of low back pain was the highest with a percentage of 59.7%. Bivariate analysis is using the chi square test to determine the relationship between the driving duration and the risk of low back pain obtained the result of $P 0.394 < 0.05$ with a weak relationship. The conclusion of this studies resulted is there was no relationship between the driving duration and the risk of low back pain in expedition couriers.

Keywords: Riding, Low Back Pain, Courier, The Pain and Distress Scale.