



**HUBUNGAN DURASI BERKENDARA DENGAN KELUHAN
LOW BACK PAIN TERHADAP AKTIVITAS FISIK
PADA *DRIVER OJEK ONLINE***

SKRIPSI

**MUHAMMAD FARREL RAMADHAN
2210715045**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM SARJANA
2026**



**HUBUNGAN DURASI BERKENDARA DENGAN KELUHAN
LOW BACK PAIN TERHADAP AKTIVITAS FISIK
PADA *DRIVER OJEK ONLINE***

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kesehatan**

Muhammad Farrel Ramadhan

2210715045

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM SARJANA**

2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Muhammad Farrel Ramadhan

NIM : 2210715045

Tanggal : 15 Januari 2026

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

Jakarta, 15 Januari 2026

Yang Menyatakan,



SEPULUH RIBU RUPIAH
10000
METERAI
TEMPEL
A6204ANX197320081

Muhammad Farrel Ramadhan

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Muhammad Farrel Ramadhan
NIM : 2210715045
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi : Fisioterapi Program Sarjana

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 Berkendara dengan Keluhan *Low Back Pain* Terhadap Aktivitas Fisik Pada *Driver Ojek Online*”.

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 Skripsi 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 : 15 Januari 2026

Yang Menyatakan,



Muhammad Farrel Ramadhan

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Muhammad Farrel Ramadhan
NIM : 2210715045
Program Studi : Fisioterapi Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Durasi Berkendara dengan Keluhan *Low Back Pain* Terhadap Aktivitas Fisik Pada *Driver Ojek Online*

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran": Jakarta.

Jakarta, 15 Januari 2026

Penguji I (Ketua Penguji)

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

NIP. 196502262025212002

Penguji II

Sri Gunda Fahriana Fahrudin S.Ft., M.Fis.

NIP. 199204302024062001

Penguji III

Heri Wibisono, S.Pd., M.Si.

NIP. 197604232021211003

Mengetahui

Rektor Universitas Pembangunan Nasional "Veteran"

Dr. Ir. Henry Binsar Hamonangan Sitorus, S.T., M.T

NIP. 197212191999031002

Koordinator Prodi Fisioterapi Program Sarjana

Rabia, S.Ft., M. Biomed., AIFO

NIP. 199308202022032011



HUBUNGAN DURASI BERKENDARA DENGAN KELUHAN *LOW BACK PAIN* TERHADAP AKTIVITAS FISIK PADA *DRIVER OJEK ONLINE*

Muhammad Farrel Ramadhan

Abstrak

Latar Belakang: Seiring berkembangnya zaman, teknologi akan berkembang secara pesat dan lahirilah inovasi-inovasi baru dalam hal ini jasa ojek *online*. Seorang *driver* ojek *online* tentunya akan berkendara di atas motor dalam waktu yang lama untuk memenuhi kuota orderan per hari. Hal ini dapat mengakibatkan munculnya keluhan *low back pain* pada kalangan *driver* ojek *online* akibat terlalu lama berkendara. **Tujuan Penelitian:** Penelitian ini memiliki tujuan untuk mencari hubungan antara durasi berkendara seorang *driver* ojek *online* dengan keluhan *low back pain* serta tujuan khusus diantaranya ingin mengetahui lama berkendara, kategori keluhan *low back pain* serta tingkat aktivitas fisik dari *driver* ojek *online*. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain studi *cross-sectional* dengan metode pengambilan data kuantitatif menggunakan kuesioner durasi berkendara, *Nordic Body Map*, dan IPAQ-SF. **Hasil:** Didapatkan bahwa masing-masing variabel memiliki nilai $p > 0.05$ sehingga tidak ditemukannya hubungan antara durasi berkendara dan *low back pain* dengan aktivitas fisik *driver* ojek *online*. **Kesimpulan:** Maka dapat disimpulkan bahwa tidak adanya hubungan antara durasi berkendara, keluhan *low back pain*, dan aktivitas fisik.

Kata Kunci: *Driver*, Ojek Online, *Low Back Pain*, Aktivitas Fisik

CORRELATION BETWEEN LONG PERIOD RIDING WITH LOW BACK PAIN ON THE PHYSICAL ACTIVITY OF ONLINE MOTORCYCLE TAXI DRIVERS

Muhammad Farrel Ramadhan

Abstract

Background: With technology kept on developing, various innovations have emerged over the years, one of them being online motorcycle taxi services. It is widely known that an online motorcycle taxi drivers are required to rider their motorcycles for a long period of time in order to meet their daily quota of online orders. This condition may lead them to an uneasy sensation on their lower back or a low back pain. **Research Objectives:** This study aimed to determine the correlation between riding duration and low back pain amongst online motorcycle taxi drivers. Another objective being the specific ones were to identify how long do these drivers ride for a day, the categories of their low back pain, and their level of physical activities. **Methods:** This study uses a cross-sectional design with quantitative data collection through various questionnaires such as work duration, the Nordic Body Map, and the IPAQ-SF. **Results:** The post-research showed that the research variables do not meet the required criteria of p-values <0.05 instead them being higher than that. Therefore, this study did not find any correlation between the 3 research variables. **Conclusion:** The conclusion of this study shows that there are no correlations between work duration, low back pain, and physical activity of the motorcycle taxi drivers.

Keywords: *Driver, Online Motorcycle Taxi Drivers, Low Back Pain, Physical Activity*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas segala karunia-Nya sehingga tugas akhir ini berhasil diselesaikan. Judul yang diambil dalam penelitian ini adalah “Hubungan Durasi Lama Berkendara dengan Keluhan *Low Back Pain* Terhadap Aktivitas Fisik Pada *Driver Ojek Online*”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi, Program Sarjana, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta.

Penyusunan skripsi ini penulis banyak menerima rintangan dan perjalanan yang tidak mulus sehingga kian mendapatkan hambatan dari faktor internal maupun eksternal. Namun, dengan dukungan dan bantuan dari berbagai pihak, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Dengan itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada Purnamadyawati, SST.FT., S.Pd., M.Fis., Ftr., Sri Gunda Fahriana Fahrudin S.Ft., M.Fis., dan Bapak Heri Wibisono, S.Pd., M.Si., serta seluruh dosen Program Sarjana Fisioterapi, keluarga yang telah membantu memberikan motivasi dan doa agar penulis dapat menulis tugas akhir ini dengan penuh semangat serta para sahabat dan teman-teman yang juga sedang melaksanakan tugas akhir ini tetapi saling memberikan semangat kepada sesama agar dapat menyelesaikannya dengan serentak.

Penulis juga menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, maka dari itu, kritik dan saran yang dapat membangun penulisan kedepannya akan sangat diharapkan untuk perbaikan di masa yang akan datang. Semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca, peneliti, maupun rekan-rekan fisioterapis dan dapat menjadi ilmu tambahan untuk kedepannya.

Jakarta, 15 Januari 2026

Penulis

Muhammad Farrel Ramadhan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
I.1. Latar Belakang.....	1
I.2. Rumusan Masalah.....	2
I.3. Tujuan Penulisan.....	2
I.4. Manfaat Penelitian	3
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 4
II.1. <i>Low Back Pain</i>	4
II.2. Durasi Lama Berkendara	10
II.3. Aktivitas Fisik	10
II.4. Tinjauan Pustaka Terdahulu	10
II.5. Kerangka Teori.....	17
 BAB III METODE PENELITIAN.....	 18
III.1. Kerangka Konsep	18
III.2. Hipotesis Penelitian.....	18
III.3. Definisi Operasional.....	19
III.4. Desain Penelitian.....	21
III.5. Populasi	21
III.6. Sampel.....	22
III.7. Lokasi dan Waktu Penelitian	22
III.8. Instrumen Penelitian.....	22
III.9. Metode Pengumpulan Data	23
III.10. Analisis Data	24
III.11. Etika Penelitian	25
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 26
IV.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	26
IV.2. Hasil Penelitian	27
IV.3. Pembahasan.....	32
IV.4. Kekuatan Penelitian	38
IV.5. Keterbatasan Penelitian	38

BAB V PENUTUP.....	39
V.1. Kesimpulan	39
V.2. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	41
RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tinjauan Pustaka Terdahulu	10
Tabel 2. Variabel Independen	19
Tabel 3. Variabel Dependen	20
Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Kelompok Usia	27
Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	28
Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Durasi Berkendara	28
Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Nyeri.....	29
Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik	29
Tabel 9. Hasil Uji Normalitas	30
Tabel 10. Uji Korelasi Durasi Berkendara dengan <i>Low Back Pain Driver</i>	31
Tabel 11. Uji Korelasi Durasi Berkendara dengan Aktivitas Fisik <i>Driver Ojek Online</i>	31
Tabel 12. Uji Korelasi <i>Low Back Pain</i> dengan Aktivitas Fisik <i>Driver Ojek Online</i>	32

DAFTAR BAGAN

Skema 1.	Kerangka Teori	17
Skema 2.	Kerangka Konsep	18

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.	Vertebral Lumbal	6
Gambar 2.	Distribusi Kelompok Usia dan Jenis Kelamin	57
Gambar 3.	Distribusi Durasi Berkendara	57
Gambar 4.	Distribusi Aktivitas Fisik	57
Gambar 5.	Uji Normalitas	57
Gambar 6.	Korelasi Durasi dan <i>Low Back Pain</i>	58
Gambar 7.	Korelasi Durasi dan IPAQ-SF	58
Gambar 8.	Korelasi <i>Low Back Pain</i> dan IPAQ-SF	58
Gambar 9.	Pengumpulan data di <i>shelter</i>	59
Gambar 10.	Pengumpulan data di tempat perkumpulan ojek online	59
Gambar 11.	Dokumentasi Pasca Pengisian Data	59

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Penjelasan Setelah Persetujuan (PSP)
- Lampiran 2. *Informed Consent*
- Lampiran 3. *Ethical Clearance*
- Lampiran 4. *Nordic Body Map*
- Lampiran 5. IPAQ-SF
- Lampiran 6. Kuesioner Durasi Berkendara
- Lampiran 7. Timeline
- Lampiran 8. Hasil Olah Data
- Lampiran 9. Dokumentasi
- Lampiran 10. Kartu Monitor Bimbingan
- Lampiran 11. Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 12. Uji Turnitin