

**HUBUNGAN DURASI LAMA DUDUK DAN *FORWARD HEAD POSTURE* DENGAN NYERI LEHER NONSPESIFIK PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA TAHUN 2018**

**Dea Tasha Meicita Kis Sugianto**

**Abstrak**

Durasi duduk yang lama secara tidak langsung dapat menyebabkan kelelahan otot penyangga dan merubah postur menjadi *forward head posture* yang menjadi risiko terjadinya nyeri leher. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara durasi lama duduk dan *forward head posture* dengan kejadian nyeri leher non-spesifik pada mahasiswa FK UPN “Veteran” Jakarta tahun 2018. Penelitian ini bersifat analitik observasional dengan desain *cross sectional*. Total sampel di FK UPN “Veteran” Jakarta yaitu 136 orang, yang diambil dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. Pengambilan data durasi lama duduk dilakukan secara langsung melalui wawancara. Untuk *forward head posture* menggunakan pengukuran langsung sederhana dengan penggaris sebagai alat ukur. Sedangkan pengambilan data distribusi keluhan nyeri leher digunakan kuesioner *Nordic Body Map* yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis menggunakan uji statistik korelasi Pearson dan menunjukkan tidak terdapat hubungan antara durasi lama duduk dan nyeri leher ( $p=0,07$ ,  $r=0,15$ ) tetapi terdapat hubungan yang bermakna antara *forward head posture* dan nyeri leher namun dengan korelasi yang lemah ( $p=0,000$ ,  $r=0,583$ ). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara durasi lama duduk dan nyeri leher non-spesifik dan terdapat hubungan yang bermakna antara *forward head posture* dan nyeri leher dengan derajat korelasi yang lemah.

**Kata Kunci:** Durasi lama duduk, *forward head posture* (FHP), mahasiswa, *Nordic Body Map* (NBM), nyeri leher.

**THE CORRELATION BETWEEN DURATION OF SITTING AND FORWARD HEAD POSTURE WITH NON SPESIFIC NECK PAIN IN THE STUDENTS OF MEDICAL FACULTY OF PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA UNIVERSITY 2018**

**Dea Tasha Meicita Kis Sugianto**

**Abstract**

Duration of sitting undirectly cause postural adaptation like lower back position that bends because of muscles weakness and transform to bad posture that forms the forward head posture. This research aims to find the relation between duration of sitting and forward head posture with non-spesific neck pain in the students of Medical Faculty of Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta University 2018. This study use an observational analytics with cross sectional design. 136 samples students of Medical Faculty in Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta University were taken using simple random sampling technique. The data of duration of sitting was taken by direct inteviu to the respondents. The forward head posture data taken by direct measurements using a ruler as an instrument. While data of the neck pain collected by Nordic Body Map questionnaires that have been frequently used before and the validity and reliability have been approved. Then the data were analyzed using Pearson statistic which showed no correlation between duration of sitting and neck pain ( $p = 0.07$ ,  $r = 0.15$ ) but there was showing significant correlation between forward head posture and neck pain ( $p = 0,000$ ,  $r = 0.583$ ). The results show that there is no correlation between the duration of sitting and neck pain but there is a significant correlation between forward head posture and neck pain in a weak relation.

**Keywords:** Duration of sitting, the head posture (FHP), students, Nordic Body Maps (NBM), neck pain.