

**HUBUNGAN BERAT RANSEL, INDEKS MASSA TUBUH, WAKTU
TEMPUH BERANGKAT DAN PULANG SEKOLAH DENGAN GEJALA
NYERI PUNGGUNG BAWAH SISWA KELAS X DAN XI SMAN 104
JAKARTA TAHUN 2018**

Wahyuni Setianingtias

Abstrak

Nyeri punggung bawah adalah rasa nyeri pada posterior trunkus dengan atau tanpa penjaralan tungkai bawah. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan berat ransel, IMT, waktu tempuh berangkat dan pulang sekolah dengan gejala nyeri punggung bawah pada siswa kelas X dan XI SMAN 104 Jakarta tahun 2018. Penelitian menggunakan desain *cross-sectional* dilakukan pada Mei 2018 dengan teknik *simple random sampling*. Data primer diambil dengan mengukur berat ransel, berat dan tinggi badan dan kuisioner siswa kelas X dan XI. Dari 84 responden, gejala nyeri punggung bawah terjadi pada 45 siswa (53,6%), 56 siswa (66,7%) usia 14-16 tahun, 50 siswa (59,5%) perempuan, 49 siswa (58,3%) memiliki berat ransel >10% berat badan, 31 siswa (36,9%) memiliki IMT kategori *obese*, dan 54 siswa (64,3%) menempuh waktu perjalanan berangkat dan pulang sekolah >30 menit. Hasil uji *Chi-Square* didapatkan hubungan berat ransel dengan gejala nyeri punggung bawah ($p=0,035$), hubungan IMT dengan gejala nyeri punggung bawah ($p=0,014$) dan hubungan waktu tempuh berangkat dan pulang sekolah dengan gejala nyeri punggung bawah ($p=0,024$). Kesimpulan hasil uji regresi logistik didapatkan IMT dengan nilai *Odds Ratio* sebesar 8,484 kali lebih tinggi dibandingkan faktor lain. IMT merupakan hal yang sangat berpengaruh terhadap keluhan gejala nyeri punggung bawah dikarenakan IMT meningkatkan beban kerja pada lumbal.

Kata Kunci : gejala nyeri punggung bawah, IMT, berat, waktu

THE RELATIONSHIP OF THE WEIGHT BACKPACK, BODY MASS INDEX, TRAVEL TIME TO GO AND RETURN SCHOOL WITH SYMPTOMS OF LOW BACK PAIN IN CLASS X AND XI STUDENTS AT SMAN 104 JAKARTA IN 2018

Wahyuni Setianingtias

Abstract

Low back pain (LBP) is a pain posterior truncus with or without spread in the low limbs. This study was aimed to investigate the relationship between of a backpack weight, body mass index (BMI) and travel time to go and returned school with symptoms of LBP in class of X and XI students at SMAN 104 Jakarta. This study used a design cross-sectional was evaluated on May 2018 with simple random sampling. Primary data samples as follows: measured backpack weight, body weight (BW), body height and questionnaire. 84 respondents that the symptoms of LBP occurred in 45 students (53.6%), 56 students (66.7%) of 14-16 years old, 50 students (59.5%) of female, 49 students (58.3%) had backpack weight >10% of BW, 31 students (36.9%) had category BMI of obese and 54 students (64.3%) of travel time to go and returned school >30 minutes. Chi-Square test had a relationship between the backpack weight with symptoms of LBP ($p=0.035$), the relationship between BMI with symptoms of LBP ($p=0.014$) and the relationship between travel time to go and returned school with symptoms of LBP ($p=0.024$). In conclusion of logistic regression test showed that BMI had OR value of 8.484 times higher than other factors. BMI was greatly affected in symptoms of LBP, because BMI causes workload lumbal increased.

Keywords : LBP, BMI, weight, time