

SKRIPSI PENELITIAN

**HUBUNGAN DURASI DUDUK DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG
BAWAH PADA KELOMPOK PENGAJIAN DI RUMBIA
KAB. LAMPUNG TENGAH**

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Kesehatan pada Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu
Kesehatan Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan
RS DR. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya



OLEH :

DHINI RETNO YULINDA SARI

NIM 218056AJ

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN
RS DR. SOEPRAOEN KESDAM V/BRAWIJAYA MALANG**

2022

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi

**HUBUNGAN DURASI DUDUK DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG
BAWAH PADA KELOMPOK PENGAJIAN DI RUMBIA KAB. LAMPUNG
TENGAH**

Oleh :

Dhini Retno Yulinda Sari

NIM 218056AJ

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pada tanggal : 26 Desember 2022

Pembimbing 1



Pembimbing 2



Fransisca Xaveria Hargiani., S.Ft., Ftr., M.Pd.OR, M.Kes

NIDN. 0710096604

Dr. Rachma Putri Kasimbara, M.Pd

NIDN. 0727128702

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi

HUBUNGAN DURASI DUDUK DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA KELOMPOK PENGAJIAN DI RUMBIA KAB. LAMPUNG TENGAH

Oleh :

Dhini Retno Yulinda Sari

NIM 218059AJ

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam seminar Program Sarjana

Pada Tanggal : 02 Januari 2023

TIM PENGUJI

- Ketua : Achmad Fariz, S.Ft., M.Fis., Ftr
NIDN. 0717028304
- Anggota 1 : Fransisca Xaveria Hargiani.,
S.Ft., Ftr., M.Pd.OR., M.Kes
NIDN. 0710096604
- Anggota 2 : Dr. Rachma Putri Kasimbara, M.Pd
NIDN. 0727128702



Mengetahui

Ketua Program Studi Sarjana Fisioterapi



Sartoyo, S.Sos., S.Kes., M.Kes
NIDK. 8946900020

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dhini Retno Yulinda Sari

NIM : 218056AJ

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul **Hubungan durasi duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah pada kelompok pengajian di Rumbia Kab.Lampung Tengah** adalah benar merupakan karya sendiri.Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda citasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas karya skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Lampung, 26 Desember 2022

Yang membuat pernyataan



Dhini Retno Yulinda Sar

NIM 218056AJ

KATA PENGANTAR

Puji Syukur tak lupa saya panjatkan kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat serta hidayah-Nya yang telah dilimpahkan, sehingga penulis dapat merampungkan proposal skripsi dengan judul “Hubungan durasi duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah pada kelompok pengajian di Rumbia Kab. Lampung Tengah”.

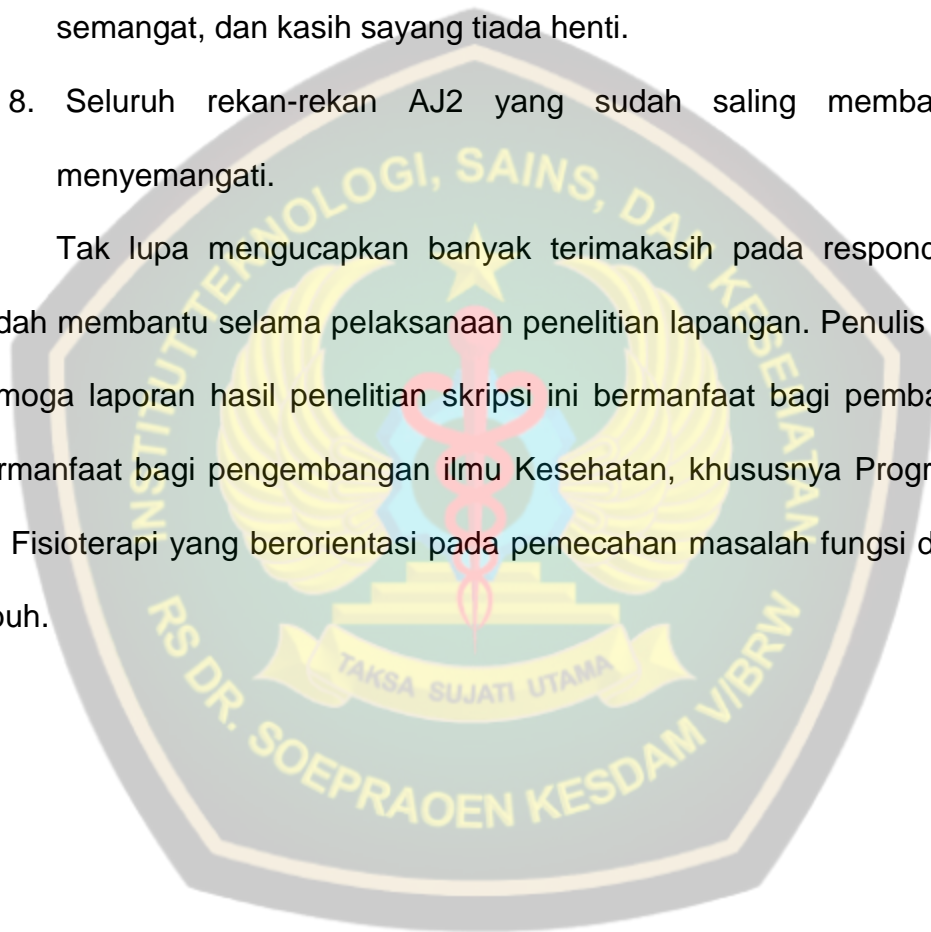
Penelitian skripsi ini adalah karya ilmiah yang disusun dalam upaya untuk menuntaskan pendidikan sarjana (S1) di Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya.

Penulis mengucapkan terimakasih pada seluruh pihak yang sudah membantu dalam penulisan skripsi ini. Semoga skripsi ini mampu berguna bagi pembaca, serta penulis mengharapkan segala kritik serta saran dari pembaca untuk menyempurnakan karya tulis ini. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebanyak – banyaknya kepada :

1. Bapak Arief Efendi, S. Kes., SH (Adv.), S.Kep., Ners, MM., M.Kes. selaku Rektor Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya.
2. Bapak Amin Zakaria, S.Kep., Ners., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan.
3. Bapak Sartoyo, S.Sos., S. Kes., M.Kes. selaku ketua Program Studi S1 Fisioterapi.
4. Bapak Achmad Fariz, S.Ft., M.Fis., Ftr selaku penguji utama.

5. Ibu Fransisca Xaveria Hargiani., S.FT., Ftr., M.Pd. OR., M. Kes selaku Pembimbing I dan Ibu Dr. Rachma Putri Kasimbara M.Pd selaku Pembimbing II.
6. Seluruh dosen dan staff prodi S1 Fisioterapi.
7. Ibu, Bapak dan keluarga saya yang selalu memberikan doa, semangat, dan kasih sayang tiada henti.
8. Seluruh rekan-rekan AJ2 yang sudah saling membantu dan menyemangati.

Tak lupa mengucapkan banyak terimakasih pada responden yang sudah membantu selama pelaksanaan penelitian lapangan. Penulis berharap semoga laporan hasil penelitian skripsi ini bermanfaat bagi pembaca serta bermanfaat bagi pengembangan ilmu Kesehatan, khususnya Program Studi S1 Fisioterapi yang berorientasi pada pemecahan masalah fungsi dan gerak tubuh.



ABSTRAK

Dhini Retno Yulinda Sari, 2022, *Hubungan Durasi Duduk Dengan Nyeri Punggung Bawah Pada Kelompok Pengajian di Rumbia Kab. Lampung Tengah*, Fransisca Xaveria Hargiani, Rachma Putri Kasimbara.

Nyeri punggung bawah merupakan salah satu masalah kesehatan berupa nyeri akut maupun kronik yang dirasakan di daerah punggung bawah dan biasanya merupakan nyeri lokal maupun nyeri radikular atau keduanya. Penyebab nyeri punggung bawah yang paling sering ialah duduk terlalu lama, sikap duduk yang tidak tepat, postur tubuh yang tidak ideal, aktivitas yang berlebihan serta trauma. Sikap duduk yang terlalu lama dengan sikap statis akan menimbulkan gangguan pada sistem muskuloskeletal sehingga dapat menimbulkan nyeri punggung bawah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan lama duduk dengan keluhan nyeri pinggang pada kelompok pengajian di Rumbia.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasional dengan teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Pengambilan sampel dengan non-probability sampling dengan purposive sampling. Data dianalisis dengan menggunakan teknik data ordinal dengan menggunakan perhitungan proporsi. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 107 responden dari total populasi 110 responden.

Hasil penelitian hubungan lama duduk dengan nyeri punggung bawah pada anggota kelompok belajar di Rumbia didapatkan data yang memiliki disabilitas minimal 12,1%, disabilitas sedang 29,0%, disabilitas berat 47,7% dan disabilitas sangat berat sebesar 11,2%.

Kata kunci : Nyeri Punggung Bawah, Durasi Duduk, *Oswestry Disability Index*

ABSTRACT

Dhini Retno Yulinda Sari, 2022, The Relationship between Sitting Duration and Lower Back Pain in Recitation Groups in Rumbia Regency. Central Lampung, Fransisca Xaveria Hargiani, Rachma Putri Kasimbara.

Low back pain is a health problem in the form of acute or chronic pain that is felt in the lower back area and is usually local pain or radicular pain or both. The most frequent causes of low back pain are sitting too long, improper sitting posture, body posture that is not ideal, excessive activity and trauma. Sitting for too long with a static attitude will cause disturbances in the musculoskeletal system so that it can cause low back pain. This study aims to determine the relationship between prolonged sitting and complaints of low back pain in the study group in Rumbia.

This study uses a correlational descriptive method with data collection techniques carried out using a questionnaire. Sampling with non-probability sampling with purposive sampling. Data were analyzed using ordinal data techniques using proportion calculations. The number of samples in this study were 107 respondents from a total population of 110 respondents.

The results of research on the relationship between prolonged sitting and low back pain in study group members in Rumbia found data that had a minimum disability of 12.1%, moderate disability of 29.0%, severe disability of 47.7% and very severe disability of 11.2%.

Keywords: Lower Back Pain, Duration of Sitting, Oswestry Disability Index