



**HUBUNGAN LAMA DUDUK DENGAN KEJADIAN *LOW BACK PAIN*
DI POLIKLINIK SARAF RSUD DOKTER SOEDARSO PONTIANAK
TAHUN 2022**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Menyelesaikan Jenjang Pendidikan
Strata I pada ITEKES Muhammadiyah Kalimantan Barat

Oleh:

IKA YUSNIARTI
SNR212250008

**PROGRAM STUDI NERS TAHAP AKADEMIK
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN MUHAMMADIYAH
KALIMANTAN BARAT**

2022

**PERSETUJUAN
HASIL PENELITIAN**

**HUBUNGAN LAMA DUDUK DENGAN KEJADIAN *LOW BACK PAIN*
DI POLIKLINIK SARAF RSUD DOKTER SOEDARSO PONTIANAK
TAHUN 2022**

Yang dipersiapkandandisusunoleh:

IKA YUSNIARTI
SNR212250008

Pontianak, 27 Januari 2023

Pembimbing I

Pembimbing II



Ns. Annisa Rahmawati, M. Kep
NIDN. 1122088903



Ns. Wuriyani, M. Pd, M. Kep
NIDN. 1128127501

**PERSETUJUAN UJIAN
HASIL PENELITIAN**

SKRIPSI


**HUBUNGAN LAMA DUDUK DENGAN KEJADIAN *LOW BACK PAIN*
DI POLIKLINIK SARAF RSUD DOKTER SOEDARSO PONTIANAK
TAHUN 2022**

Diajukan Untuk Memenuhi salah satu Syarat menempuh Ujian Penelitian Pada Institut
Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah
Kalimantan Barat


Yang dipersiapkan dan disusun oleh:

IKA YUSNIARTI
SNR212250008


Pembimbing I


Ns. Annisa Rahmawati, M.Kep
NIDN. 1122088903

Pembimbing II


Ns. Wuriari, M.Pd, M.Kep
NIDN. 1128127501

**Mengetahui,
Ketua Program Studi Ners**





Ns. Indah Rahayu, M.Kep
NIDN. 1124058601

**PERSETUJUAN SKRIPSI
SKRIPSI PENELITIAN**

**HUBUNGAN LAMA DUDUK DENGAN KEJADIAN *LOW BACK PAIN*
DI POLIKLINIK SARAF RSUD DOKTER SOEDARSO PONTIANAK
TAHUN 2022**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Ujian Skripsi Penelitian
Pada Institut Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah
Kalimantan Barat
Yang dipersiapkan dan disusun oleh

IKA YUSNIARTI
SNR212250008

No	NamaPenguji	TandaTangan
1.	Dr. Wida Kuswida Bhakti NIDN. 0404126601	
2.	<u>Ns. Annisa Rahmawati, M.Kep</u> NIDN. 1122088903	
3.	<u>Ns. Wuriyani, M.Pd, M.Kep</u> NIDN. 1128127501	

Hasil penelitian ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan

Pontianak, 27 Januari 2023

Rektor ITEKES Muhammadiyah
Kalimantan Barat,



Ketua Program Studi Ners



SURAT PERNYATAAN ORISINILITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah benar-benar hasil pekerjaan penelitian saya. Adapun kutipan atau saduran hanya sebatas referensi semata, dan apabila dikemudian hari skripsi yang saya buat ini terbukti meniru atau menjiplak karya orang lain, saya bersedia mendapat sanksi akademis maupun sanksi hukum dari lembaga yang berwenang.

Pontianak, Januari 2023

Hormat saya,

Ika Yusniarti
SNR212250008

**HUBUNGAN LAMA DUDUK DENGAN KEJADIAN *LOW BACK PAIN*
DI POLIKLINIK SARAF RSUD DOKTER SOEDARSO PONTIANAK
TAHUN 2022**

Ika Yusniarti, Annisa Rahmawati, Wuriani

Institut Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah Kalimantan Barat

ABSTRAK

Latar Belakang : Masalah punggung sering terjadi. Kebanyakan orang mengalami sakit punggung atau leher setidaknya sekali dalam hidup. Nyeri punggung bawah adalah kontributor utama beban keseluruhan kondisi muskuloskeletal (570 juta kasus umum di seluruh dunia). Masyarakat modern dan sifat dunia usaha telah menyebabkan jumlah waktu yang dihabiskan lebih lama duduk di meja kerja, ditambah dengan peningkatan dalam hobi menetap yang dilakukan sambil duduk. Aktivitas yang dilakukan dengan duduk lama membuat peningkatan kompresi pada *intra-diskal vertebra*, *stiffness* pada lumbar spine, penurunan kekuatan otot punggung bawah.

Tujuan : mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara lama duduk dan kejadian *low back pain*.

Metodologi penelitian : Desain penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelatif dengan pendekatan cross sectional untuk melihat hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Teknik pengambilan sampel menggunakan Teknik *Accidental Sampling* dengan jumlah responden sebanyak 50 orang. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan uji analisis *Spearman's rho*.

Hasil penelitian : Berdasarkan hasil analisis *Spearman's rho* menunjukkan bahwa ada hubungan antar lama duduk dengan kejadian *low back pain* dengan melihat nilai *p-value* = 0,000.

Kesimpulan : Terdapat hubungan yang signifikan antara lama duduk dan kejadian *low back pain* pada pasien Poliklinik Saraf RSUD Dokter Soedarso Pontianak. Secara umum, jumlah waktu yang dihabiskan responden di untuk duduk dalam sehari adalah 4-6 jam.

Kata kunci: lama duduk, *low back pain*

**PROLONGED SITTING RELATIONSHIP WITH LOW BACK PAIN
IN THE NEUROLOGY POLYCLINIC OF DOCTOR SOEDARSO
HOSPITAL, PONTIANAK, 2022**

Ika Yusniarti, Annisa Rahmawati, Wuriani

Institut Teknologi dan Kesehatan Muhammadiyah Kalimantan Barat

ABSTRACT

Background: Back problems are common. Most people experience back or neck pain at least once in their life. Low back pain is a major contributor to the overall burden of musculoskeletal conditions (570 million common cases worldwide). Modern society and the nature of the corporate world have led to greater amounts of time spent sitting at a desk, coupled with an increase in sedentary hobbies undertaken while sitting. Activities carried out by sitting for a long time cause increased compression of the intra-discal vertebrae, stiffness in the lumbar spine, decreased lower back muscle strength.

Objective: determine whether or not there is a relationship between long sitting and the incidence of low back pain.

Research methodology: The research design used is correlative quantitative with a cross sectional approach to see the relationship between the independent variables and the dependent variable. The sampling technique used the Accidental Sampling Technique with a total of 50 respondents. The analysis used was univariate and bivariate analysis with Spearman's rho analysis test.

The results of the study: Based on the results of Spearman's rho analysis, it shows that there is a relationship between sitting duration and the incidence of low back pain by looking at the p -value = 0.000.

Conclusion: There is a significant relationship between sitting duration and the incidence of low back pain in patients at the Neurology Polyclinic at Doctor Soedarso Hospital, Pontianak. In general, the amount of time respondents spend sitting in a day is 4-6 hours.

Keywords: long sitting, the incidence of low back pain