



**HUBUNGAN SIKAP DUDUK DAN DURASI KERJA DENGAN
KELUHAN *LOW BACK PAIN* PADA PEGAWAI KANTOR
DINAS KESEHATAN KALTENG TAHUN 2019**

SKRIPSI

REGITHA OCTAVIOLA

1561050101

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2019**



**HUBUNGAN SIKAP DUDUK DAN DURASI KERJA DENGAN
KELUHAN *LOW BACK PAIN* PADA PEGAWAI KANTOR
DINAS KESEHATAN KALTENG TAHUN 2019**

**SKRIPSI
PENELITIAN**

**Diajukan ke Fakultas Kedokteran UKI
Sebagai Pemenuhan Salah Satu Syarat
Mendapatkan Gelar Sarjana Kedokteran**

Regitha Octaviola

1561050101

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS KRISTEN INDONESIA
JAKARTA
2019**

**HUBUNGAN SIKAP DUDUK DAN DURASI KERJA DENGAN
KELUHAN *LOW BACK PAIN* PADA PEGAWAI KANTOR DINAS
KESEHATAN KALTENG TAHUN 2019**

**Diajukan ke Fakultas Kedokteran UKI
Sebagai Pemenuhan Salah Satu Syarat
Mendapatkan Gelar Sarjana Kedokteran**

**Regitha Octaviola
1561050101**

Telah disetujui oleh Pembimbing
30 Januari 2019



(dr. Andre C.P. Sihombing, Sp.BO)
NIP : 991459

Mengetahui,



(Prof. Dra. Rondang R. Soegianto, Msc., PhD)
Ketua Tim Skripsi
NIP : 991460

PERNYATAAN ORISINALITAS

Nama Mahasiswa : REGITHA OCTAVIOLA

NIM : 1561050101

Menyatakan dengan sesungguhnya, bahwa Skripsi berjudul *Hubungan Sikap Duduk dan Durasi Kerja dengan Keluhan Low Back Pain pada Pegawai Kantor Dinas Kesehatan Kalteng Tahun 2019* adalah betul-betul karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut telah diberi tanda citation dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila dikemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik.

Jakarta, 31 Januari 2019

Yang membuat pernyataan,


Rp. 20.000
(Regitha Octaviola)
NIM : 1561050101

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK
KEPENTINGAN AKADEMIK**

Sebagai sivitas akademik Universitas Kristen Indonesia, saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : REGITHA OCTAVIOLA
NIM : 1561050101
Program studi : S1
Fakultas : Kedokteran
Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Kristen Indonesia bebas royalti noneksklusif (*Non exclusive royalty free right*) atas karya ilmiah yang berjudul : **HUBUNGAN SIKAP DUDUK DAN DURASI KERJA DENGAN KELUHAN *LOW BACK PAIN* PADA PEGAWAI KANTOR DINAS KESEHATAN KALTENG TAHUN 2019** Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak bebas royalti noneksklusif ini Universitas Kristen Indonesia berhak menyimpan, mengalih media/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir 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 31 Januari 2019

Yang menyatakan



(Regitha Octaviola)

NIM : 1561050101

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yesus Kristus karena berkat pertolonganNya dan kasih karuniaNya, penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi di Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia dengan judul : **Hubungan Sikap Duduk dan Durasi Kerja dengan Keluhan *Low Back Pain* pada Pegawai Kantor Dinas Kesehatan Kalteng Tahun 2019.** Penulisan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana kedokteran. Skripsi ini dapat terwujud tidak lepas dari bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. dr. Robert Sirait, Sp.An sebagai Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia.
2. Prof. Dra. Rondang R. Soegianto, M.Sc., Ph.D selaku ketua tim skripsi.
3. dr. Andre Chandra Parluhutan Sihombing, Sp.OB selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, masukan kepada penulis dengan penuh kesabaran sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Dr. med. dr. Abraham Simatupang, M.Kes. selaku dosen penguji skripsi yang telah meluangkan waktunya untuk menjadi penguji dan memberikan kritik dan saran dengan baik.

5. Dr. Sudung S.H. Nainggolan, MH.Sc. selaku dosen pembimbing metodologi penelitian yang telah membantu dan memberikan masukan kepada penulis.
6. Jajaran pimpinan Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia (FK UKI), staff administrasi FK UKI, penulis berterimakasih atas kerjasama, bantuan, dan kepercayaan yang telah diberikan kepada penulis selama penulisan skripsi.
7. Segenap pegawai di Kantor Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah atas izin penelitian yang diberikan.
8. Orang tua, Bapak Suriasnyah Welson P.S. dan Ibu Nanny Sawong, beserta adik, Praditha Vanadya, Delya Margaretha, dan Jennifer Claudya, terimakasih atas doa, perhatian, motivasi dan segala pengorbanan serta bantuannya dalam penyelesaian skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak lepas dari kekurangan, untuk itu penulis mengharapkan saran dan masukan untuk perbaikan. Akhirnya semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan memberi dampak positif bagi semua kalangan.

Jakarta, 31 Januari 2019

Regitha Octaviola
1561050101

DAFTAR ISI

LEMBAR SAMPUL DALAM	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
ABSTRAK	xiii
<i>ABSTRACT</i>	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	4
I.3 Tujuan Penelitian	5
I.3.1 Tujuan Umum	5
I.3.2 Tujuan Khusus	5
I.4 Manfaat Penelitian	6
I.5 Hipotesis	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
II.1 Anatomi dan Fisiologi Tulang Belakang	8
II.2 <i>Low Back Pain</i> (Nyeri Punggung Bawah).....	13
II.2.1 Definisi <i>Low Back Pain</i>	13
II.2.2 Epidemiologi <i>Low Back Pain</i>	14
II.2.3 Faktor Resiko <i>Low Back Pain</i>	15
II.2.4 Klasifikasi <i>Low Back Pain</i>	19
II.2.5 Patofisiologi <i>Low Back Pain</i>	22

II.2.6 Tanda dan Gejala <i>Low Back Pain</i>	23
II.2.7 Diagnosis <i>Low Back Pain</i>	24
II.2.7.1 Anamnesis	24
II.2.7.2 Pemeriksaan Fisik	26
II.2.7.3 Tes Provokasi	29
II.2.7.4 Pemeriksaan Penunjang	31
II.2.8 Penatalaksanaan <i>Low Back Pain</i>	33
II.2.9 Prognosis <i>Low Back Pain</i>	38
II.3 Ergonomi	38
II.3.1 Definisi Ergonomi	38
II.3.2 Sasaran Ergonomi	39
II.3.3 Posisi Duduk Ergonomi	40
II.4 Kerangka Teori	44
II.5 Kerangka Konsep	45

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

III.1 Desain Penelitian	46
III.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	46
III.3 Populasi dan Sampel Penelitian	46
III.4 Kriteria Responden Penelitian	47
III.5 Definisi Operasional	47
III.6 Variabel Penelitian	48
III.7 Instrumen Penelitian	48
III.8 Cara Pengumpulan Data	49
III.9 Rencana Pengolahan dan Analisis Data	49
III.10 Alur Penelitian	52
III.11 Jadwal Penelitian	52

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

IV.1 Hasil Analisis	53
IV.1.1 Analisis Univariat	53

IV.1.2 Analisis Bivariat	56
IV.2 Pembahasan	57
BAB V PENUTUP	
V.1 Kesimpulan	62
V.2 Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	64
BIODATA MAHASISWA	69
LAMPIRAN 1 Hasil Uji Statistik SPSS	70
LAMPIRAN 2 Kuesioner Penelitian	77
LAMPIRAN 3 Data Induk	81
LAMPIRAN 4 Dokumentasi	83

DAFTAR TABEL

Tabel III.1 Jadwal Penelitian	52
Tabel IV.1.1.1 Karakteristik Responden Penelitian	53
Tabel IV.1.1.2 Distribusi Kejadian LBP Berdasarkan Karakteristik Responden	55
Tabel IV.1.2.1 Distribusi Frekuensi LBP Berdasarkan Sikap Duduk pada Pegawai Kantor Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2019.....	56
Tabel IV.1.2.2 Distribusi Frekuensi LBP Berdasarkan Durasi Kerja pada Pegawai Kantor Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah Tahun 2019.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar II.1 Penampang Tulang Belakang Potongan Transversal	9
Gambar II.2 Penampang Tulang Belakang Potongan Sagital	10
Gambar II.3 Tulang Belakang	10
Gambar II.4 Posisi Duduk yang Benar	42
Gambar II.5 Hubungan Sikap Duduk dan Durasi Kerja Terhadap <i>LBP</i>	44
Gambar II.6 Kerangka Konsep	45
Gambar III.1 Alur Penelitian	52

DAFTAR SINGKATAN

LBP : *Low Back Pain* (Nyeri Punggung Bawah)

ABSTRAK

Latar Belakang. Nyeri punggung bawah adalah penyakit akibat kerja yang timbul karena hubungan kerja atau yang disebabkan oleh pekerjaan dan sikap kerja. Sikap duduk yang salah dan duduk dalam waktu yang lama merupakan salah satu faktor risiko yang paling sering. **Tujuan.** Penelitian dilakukan untuk mengetahui hubungan sikap duduk dan durasi kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada pegawai kantor. **Metodologi.** Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan potong lintang. Jumlah sampel adalah 70 orang pegawai Kantor Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah dengan menggunakan teknik total sampling. Data penelitian diambil dengan menggunakan kuesioner. **Hasil.** Didapatkan hasil responden yang mengeluh nyeri punggung bawah adalah sebanyak 12 orang (17,1%) dan 9 orang diantaranya berhubungan dengan posisi duduk yang salah (81,8%) dengan *p-value* 0,000 dan sikap duduk yang salah berisiko 84 kali lebih besar untuk menderita nyeri punggung bawah dibandingkan dengan sikap duduk yang benar. Durasi kerja (lama duduk) tidak memiliki hubungan dengan keluhan nyeri punggung ($p=0,974$). **Kesimpulan.** Terdapat hubungan yang bermakna antara sikap duduk responden terhadap kejadian nyeri punggung bawah dan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara durasi kerja (lama duduk) terhadap kejadian nyeri punggung bawah pada pegawai di Kantor Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Tengah.

Kata kunci: Durasi Kerja, Lama Duduk, Nyeri Punggung Bawah, Posisi Duduk

ABSTRACT

Background. Low back pain is a disease of work that arises because of work relationships or caused by work and work position. Wrong sitting and sitting for a long time is one of the most common factors. **Aim.** This study was conducted to determine the relationship between sitting position and duration of work and the incidence of lower back pain in office employees. **Methodology.** The research design used was descriptive analytic with cross sectional approach. Total sample is 70 employees of the Central Kalimantan Provincial Health Office using the total sampling techniques. The research data was taken using a questionnaire. **Results.** The results of respondents who complained about low back pain were 12 people (17,1%) and 9 of them are related to the wrong sitting position (81.8%) with p-value 0,000 and wrong sitting position has a risk 84 times greater for suffering from low back pain compared to the right sitting position. The duration of work (duration of sitting) had no association with low back pain ($p=0.974$). **Conclusion.** There is a significant relationship between the respondent's sitting position to the incidence of low back pain and there is no significant relationship that occurred between the length of time sitting and the incidence of low back pain of the employees at the Central Kalimantan Provincial Health Office.

Keywords: Duration of Work, Duration of Sit, Low Back Pain, Sitting Position