



ABSTRAK

SKRIPSI, April 2013

M a r i d i

Progam Studi S-1 Fisioterapi,

Fakultas Fisioterapi,

Universitas Esa Unggul

HUBUNGAN ANTARA KEBIASAAN BEROLAHRAGA DENGAN TIMBULNYA NYERI PINGGANG BAWAH PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI DIII FISIOTERAPI STIKes MUHAMMADIYAH PALEMBANG

Terdiri VI Bab, 62 Halaman, 8 Tabel, 10 Gambar, 2 Grafik, 5 lampiran

Tujuan : untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kebiasaan berolahraga dengan timbulnya nyeri pinggang bawah pada mahasiswa program studi DIII Fisioterapi STIKes Muhammadiyah Palembang. Metode : Penelitian ini bersifat non eksperimental dan merupakan jenis penelitian analisis-assosiatif untuk mengetahui hubungan antara kebiasaan berolahraga dengan timbulnya nyeri pinggang bawah pada mahasiswa. Sampel terdiri dari 40 orang mahasiswa/i program studi DIII Fisioterapi STIKes Muhammadiyah Palembang. Variabel bebas adalah kebiasaan berolahraga, sedangkan variabel terikat adalah keluhan nyeri pinggang bawah. Pengambilan data dilakukan dengan kuesioner tentang kebiasaan berolahraga dan Nordic Body Map Index Quesionere. Hasil : Hasil uji normalitas dengan kolmogorov smirnov test didapatkan data berdistribusi tidak normal. Hasil uji hipotesis dengan uji spearman rank test didapatkan nilai $p = 0.000$ dimana $p < \alpha (0.05)$ sehingga H_0 ditolak yang berarti ada hubungan antara kebiasaan berolahraga dengan timbulnya nyeri pinggang bawah pada mahasiswa. Dari hasil juga diperoleh nilai koefisien korelatif (r) = -0.774 yang berarti ada hubungan yang kuat antara kebiasaan berolahraga dengan timbulnya nyeri pinggang bawah pada mahasiswa program studi DIII Fisioterapi STIKes Muhammadiyah Palembang yang bersifat negatif yang berarti semakin bagus nilai kebiasaan berolahraganya maka semakin kecil nilai nyeri pinggang bawah. Kesimpulan : ada hubungan antara kebiasaan berolahraga dengan timbulnya nyeri pinggang bawah pada mahasiswa program studi DIII Fisioterapi STIKes Muhammadiyah Palembang.

Kata kunci : kebiasaan berolahraga, nyeri pinggang bawah, nordic body maps index questionere