

Kuesioner Penelitian

FAKTOR - FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA KARYAWAN PRODUKSI 1 PT. PARDIC JAYA

CHEMICALS TAHUN 2017

I. Data Umum Responden

1. Nama :.....
2. Umur :..... tahun
3. Pendidikan Terakhir : SMP/ SMA / SMK / Diploma / S1
3. Masa Kerja :..... tahun
4. TB/BB :..... cm /..... kg

II. Daftar Pertanyaan

Oswestry Low Back Pain Disability Questionnaire

Jawablah pertanyaan disetiap bagian bawah ini dengan memberikan tanda ceklis () pada salah satu pilihan jawaban yang paling menggambarkan keadaan anda pada saat ini!

Bagian 1 : Intensitas Nyeri / Sakit	
Saya masih bias menoleransi rasa nyeri yang saya rasakan tanpa harus menggunakan obat penghilang rasa sakit (seperti pil anti nyeri, freshcare, balsam, counterpain,dll)	
Saya merasa sangat nyeri, tapi masih mampu menahannya tanpa harus mengkonsumsi obat penghilang rasa sakit (seperti pil anti nyeri, freshcare, balsam, counterpain, dll)	
Obat penghilang rasa sakit menghilangkan rasa nyeri secara keseluruhan	
Obat penghilang rasa sakit lumayan bisa menghilangkan rasa nyeri	
Obat penghilang rasa sakit kurang mampu menghilangkan rasa nyeri	
Obat penghilang rasa sakit tidak ampuh dalam menghilangkan rasa nyeri dan saya tidak menggunakannya	

Bagian 2 : Perawatan Diri (Mandi, Mencuci, Berpakaian, dst)	
Saya dapat merawat diri saya secara normal tanpa harus merasakan semakin nyeri	
Saya dapat merawat diri saya sendiri dengan normal tetapi saya merasa semakin nyeri	
Saya merasakan sakit saat merawat diri saya sendiri dan cenderung lambat serta hati-hati dalam beraktivitas	
Saya membutuhkan bantuan orang lain tapi masih mampu untuk merawat diri saya sendiri	
Saya membutuhkan bantuan setiap harinya dalam segala hal yang berhubungan dengan kesehatan diri saya	
Saya tidak mampu berpakaian sendiri, mandipun sulit dan selalu berada ditempat tidur	

Bagian 3 : Mengangkat benda / Beban	
Saya mampu mengangkat beban tanpa disertai timbulnya nyeri	
Saya mampu mengangkat beban, tetapi disertai timbulnya nyeri	
Rasa nyeri yang saya rasakan membuat saya tidak dapat mengangkat beban berat dari lantai, tetapi saya masih bisa mengangkat beban tersebut bila terletak di tempat yang mudah diakses, misalnya di atas meja	
Rasa nyeri yang saya rasakan membuat saya tidak dapat mengangkat beban berat dari lantai, tetapi saya masih mengangkat beban yang lebih ringan jika diletakkan di tempat yang nyaman untuk diangkat	
Saya hanya dapat mengangkat beban yang ringan-ringan saja	
Saya tidak dapat mengangkat atau membawa beban apapun ukurannya	

Bagian 4 : Berjalan	
Saya mampu berjalan sejauh apapun jaraknya tanpa disertai timbulnya nyeri	
Saya tidak bisa berjalan berjalan lebih dari 1 mil karena nyeri yang saya alami	
Saya tidak bisa berjalan lebih dari ¼ mil karena rasa nyeri yang saya alami	
Saya tidak bisa berjalan lebih dari 100 yard karena rasa nyeri yang saya alami	

Saya hanya bisa berjalan dengan menggunakan alat bantu tongkat atau penopang	
Saya selalu terbaring di tempat tidur dan harus merangkak apabila hendak ke toilet	

Bagian 5 : Duduk	
Saya bisa duduk dikursi manapun yang saya mau	
Saya hanya bisa duduk dikursi tertentu/khusus selama yang saya mau	
Rasa nyeri menyebabkan saya tidak bisa duduk lebih dari 1 jam	
Rasa nyeri menyebabkan saya tidak bisa duduk lebih dari 30 menit	
Rasa sakit menyebabkan saya tidak bisa duduk lebih dari 10 menit	
Saya hanya bisa duduk kurang dari 10 menit karena rasa nyeri yang saya alami	

Bagian 6 : Berdiri	
Saya bisa berdiri selama apapun tanpa rasa nyeri(punggung)	
Saya bisa berdiri selama apapun tapi hal tersebut menimbulkan rasa sakit (punggung)	
Rasa nyeri menyebabkan saya tidak bisa berdiri lebih dari 1 jam	
Rasa nyeri menyebabkan saya tidak bisa duduk lebih dari 30 menit	
Rasa sakit menyebabkan saya tidak bisa berdiri lebih dari 10 menit	
Saya hanya bisa berdiri kurang dari 10 menit karena rasa nyeri yang saya alami	

Bagian 7 : Tidur	
Tidur saya tidak pernah terganggu karena timbulnya nyeri	
Saya hanya bisa tidur nyenyak apabila saya mengkonsumsi obat	
Saya hanya bisa tidur selama kurang dari 6 jam	
Saya hanya bisa tidur selama kurang dari 4 jam	
Saya hanya bisa tidur selama kurang dari 2 jam	
Saya tidak bisa tidur sama sekali karenanya nyeri	

Bagian 8 : Hubungan seksual	
Hubungan seksual saya normal dan tidak menyebabkan rasa sakit pinggang	
Hubungan seksual saya normal tapi menimbulkan rasa sakit pinggang	
Hubungan seksual saya hamper normal tapi sangat menyakitkan	
Hubungan seksual saya sangat terbatas karena rasa sakit	
Hubungan seksual saya hamper tidak pernah karena sakit	
Saya sama sekali tidak melakukan segala kegiatan seksual	

Bagian 9 : Aktivitas sosial Kemasyarakatan	
Aktivitas sosial saya dengan tetangga normal tanpa adanya nyeri	
Aktivitas sosial saya dengan tetangga normal walaupun menimbulkan nyeri	
Aktivitas sosial saya dengan tetangga hamper normal tapi sangat menyakitkan	
Aktivitas sosial saya terbatas dengan tetangga karena rasa nyeri	
Saya hampir tidak pernah bersosialisai dengan tetangga Karena nyeri yang saya alami	
Saya menghabiskan waktu dirumah dibandingkan dengan bersosialisasi dengan tetangga	

Bagian 10 : Berpergian	
Saya bisa berpergian tanpa timbulnya nyeri	
Saya bisa berpergian kemana saja tetapi hal tersebut dapa menambah rasa nyeri (punggung)	
Saya masih dapat berpergian lebih dari 2 jam walaupun sakitnya sangat menyiksa	
Rasa sakit membatasi saya dalam berpergian kurang dari 1 jam	
Rasa sakit membatasi saya untuk berpergian dengan perjalanan pendek kurang dari 30 menit	
Rasa sakit membuat saya tidak bisa berpergian kemanapun kecuali untuk menemui dokter atau kerumah sakit	

TERIMA KASIH
