

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
Skripsi, Februari 2015

RATNI
20133 33 031

“HUBUNGAN POSISI DAN LAMA DUDUK DENGAN KELUHAN *LOW BACK PAIN (LBP)* PADA KARYAWAN KONVEKSI DI RT.08 RW.10 KELURAHAN KEAGUNGAN KECAMATAN TAMAN SARI JAKARTA BARAT TAHUN 2015”

xiii + 7 Bab + 66 Halaman + 10 Tabel + 2 Gambar + 6 Lampiran

ABSTRAK

Latar Belakang : Terlalu lama duduk dengan posisi yang salah akan menyebabkan ketegangan otot-otot tulang belakang. Posisi tubuh salah selama duduk membuat tekanan abnormal dari jaringan sehingga menyebabkan *LBP*. Survei yang dilakukan *AOA* pada tahun 2013 bahwa dalam 30 hari terakhir sekitar 62 % responden merasakan *LBP*.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan posisi dan lama duduk dengan keluhan *LBP* pada karyawan konveksi di RT.08 RW.10 kelurahan Keagungan kecamatan taman Sari Jakarta Barat.

Metode Penelitian : Sampel yang digunakan adalah karyawan konveksi sebanyak 44 orang responden dengan teknik *non probability sampling* dan jenis *purposive sampling*. Metode yang digunakan adalah *cross sectional* dengan hasil uji *chi square*.

Hasil Penelitian : Sebagian besar reponden adalah berusia 21-35 tahun (56.8%), jenis kelamin perempuan (61.4%), pendidikan terakhir SMP (43.2%), masa kerja > 3 tahun (77.3 %), lama kerja > 8 jam perhari (100%), posisi dan lam duduk buruk (59.1%), dan mengeluh *LBP* (79.5%). Hasil uji *chi square* dengan tingkat signifikan 95% didapatkan $p\text{-value} = 0.000$ ($p\text{-value} < 0.05$)

Kesimpulan : Diharapkan pemilik industri untuk mengganti kursi yang memiliki penyangga, untuk karyawan diharapkan untuk olahraga dan melakukan relaksasi otot setiap > 30-45 menit pada saat bekerja dan untuk perawat komunitas mampu memberikan penyuluhan agar ada kesadaran bahwa posisi duduk yang baik menimbulkan resiko yang lebih kecil.

Kata Kunci : Posisi Duduk, Lama Duduk, *LBP*
Daftar Pustaka: 45 (2000-2014)

UNIVERSITAS ESA UNGGUL
FACULTY OF HEALTH-SCIENCE
NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM
Skrispi, February 2015

Ratni
20133 33 031

**"RELATIONS WITH SEATING POSITION AND OLD COMPLAINTS
LOW BACK PAIN (LBP) EMPLOYEES IN CONVECTION IN RT.08
RW.10 KELURAHAN KEAGUNGAN KECAMATAN TAMAN SARI
JAKARTA BARAT 2015"**

xiii + 7 Bab + 64 page + 10 Table + 2 Picture + 6 Appendix

ABSTRACT

Background: Too long sitting at the wrong position will cause strain the muscles of the spine. One for sitting postures create abnormal pressure on the network, causing LBP. AOA survey conducted in 2013 that in the last 30 days about 62% of respondents felt the LBP.

Objective: This study aimed to identify relationships and long sitting position with LBP on employee complaints convection in RT.08 RW.10 kelurahan Keagungan kecamatan Taman Sari Jakarta Barat.

Methods: The samples used were as many as 44 employees convection respondents with non-probability sampling techniques and types of purposive sampling. The method used is cross sectional with the results of the chi square test.

Results: The majority of respondents were aged 21-35 years (56.8%), female gender (61.4%), the last junior high school (43.2%), length of > 3 years (77.3%), length of work > 8 hours (100 %), and lam sitting position worse (59.1%), and complained LBP (79.5%). The results of chi square test with a significant level of 95% was obtained p-value = 0.000 (p-value <0.05)

Conclusion: It is expected that industry owners to replace a chair that has a buffer, for employees expected to exercise and muscle relaxation every 30-45 minutes at work and for community nurses are able to provide counseling so that there is awareness that a good sitting position pose less risk.

Keywords : Sitting Position, Old Sitting, LBP
Bibliography : 45 (2000-2014)