KUESIONER

PETUNJUK PENGISIAN

a. Isilah data Saudara/i dengan lengkap sesuai keadaan yang sebenarnya sebelum menjawab.

b. Mohon dibaca dengan cermat semua pertanyaan sebelum menjawab.

c. Semua pertanyaan yang ada harus dijawab.

d. Berilah tanda (X) pada jawaban yang Saudara/i anggap paling tepat dan sesuai dengan yang dirasakan saat ini.

e. Apabila Saudara/i ingin memperbaiki atau mengganti jawaban semula, cukup dengan mencoret jawaban semula (/) dan member tanda silang (X) pada jawaban yang baru.

KETERANGAN

SL : Selalu

SR : Sering

JR : Jarang

TP : Tidak Pernah

IDENTITAS RESPONDEN

No. Responden :

I. Identitas Umum

1. Umur :

2. Jenis Kelamin : (Pria) - (Wanita)

3. Pendidikan : SD - SMP - SMA - PT

4. Pendapatan (perbulan) :

5. Masa Kerja :

6. Lama Kerja (perhari) :

7. Lama Istirahat (perhari) :

II. Pertanyaan Untuk Low Back Pain (LBP)

Kuesioner berdasarkan The Pain and Distress Scale (William J. K Zung, 1993) dan kuesioner penelitian dalam Primala, A.

No	Pertanyaan	SL	SR	JR	TP
1	Saya merasakan panas pada daerah punggung bagian bawah				
2	Saya merasakan kaku di punggung bagian bawah				
3	Saya merasakan nyeri tertusuk-tusuk di bagian punggung bawah				
4	Saya merasakan nyeri punggung bawah sebelum melakukan aktifitas pekerjaan				
5	Saya merasakan nyeri pada bagian punggung bawah secara terus menerus saat melakukan pekerjaan				
6	Saya merasakan nyeri pada bagian punggung bawah setelah melakukan aktifitas pekerjaan				
7	Saya merasakan nyeri pada bagian punggung bawah hanya pada saat melakukan pekerjaan				
8	Saya merasakan nyeri punggung bawah pada saat beristirahat				
9	Saya merasa kesulitan pada saat membungkukan badan				
10	Saya tidak bisa berjalan karena nyeri punggung bawah				

11	Saya merasa sulit untuk memutar badan saya ke kiri dan ke kanan				
12	Saya merasa kesemutan pada daerah punggung bawah				
13	Saya tidak merasakan nyeri dari bagian punggung sampai tungkai kaki				
14	Nyeri punggung yang saya rasakan sembuh dengan sendirinya sesaat				
15	Nyeri punggung yang saya rasakan sembuh pada saat beristirahat				
16	Nyeri punggung saya rasakan saat duduk				
17	Saya merasakan baal (mati rasa) dari punggung bawah sampai tungkai kaki				
18	Adanya trauma akibat kecelakaan/bawaan lahir yang mengakibatkan nyeri di daerah punggung bawah				
19	Saya memeriksakan diri/melaporkan rasa sakit ke puskesmas/klinik				
20	Saya pernah melakukan pengobatan untuk menghilangkan rasa sakit yang saya derita				

II. Pertanyaan untuk Posisi duduk

No	Pertanyaan	SL	SR	JR	TP
	POSTUR JANGGAL				
1	Saat bekerja, duduk dengan sikap posisi duduk tegak				
2	Posisi membungkuk berlebihan saat bekerja selama 15-20 menit				
3	Posisi duduk miring berlebihan saat bekerja selama 15-20 menit				
4	Tidak merubah posisi saat membungkuk ke posisi duduk tegak ketika bekerja setelah 15-20 menit				
5	Tidak merubah posisi duduk miring ke posisi duduk tegak ketika bekerja setelah 15-20 menit				
POSISI KERJA STATIS					
6	Saat bekerja melakukan posisi duduk yang lama (beberapa jam per hari)				
7	Melakukan posisi statis (tidak bergerak, tidak berubah) saat bekerja < 10 menit				
8	Melakukan posisi statis (tidak bergerak, tidak berubah) saat bekerja selama 15-20 menit				
9	Tidak melakukan posisi statis (tidak bergerak, tidak berubah) saat bekerja				
PERGERAKAN BERULANG					
10	Melakukan gerakan yang berulang saat bekerja				
11	Melakukan pergerakan berulang 4x dalam 1 menit				

12	Melakukan pergerakan berulang > 4x dalam 1 menit				
13	Tidak melakukan gerakan yang berulang saat bekerja				
PENGGUNAAN TENAGA BERLEBIH (KETELITIAN)					
14	Menggunakan tenaga berlebih (sangat fokus) saat bekerja				
15	Melakukan kegiatan yang sangat mendetail saat bekerja				
16	Tidak menggunakan tenaga berlebih saat bekerja				