

ABSTRAK

Latar Belakang: Nyeri punggung bawah merupakan keluhan yang sering dijumpai dan umum dalam masyarakat. Salah satu faktor penyebab terjadinya nyeri punggung bawah adalah posisi duduk dan lama duduk. Pekerjaan yang beresiko menimbulkan nyeri punggung bawah adalah pekerjaan yang memiliki jam kerja lama, salah satunya adalah karyawan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara posisi dan lama duduk terhadap kejadian nyeri punggung bawah pada karyawan PT.Imeco Inter Sarana Jakarta tahun 2017.

Metode: Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan *survey* analitik secara *cross sectional*. Populasi dan sampel adalah karyawan usia 20-60 tahun pada PT.Imeco Inter Sarana. Sampel dipilih dengan menggunakan *Simple Random Sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan cara wawancara menggunakan kuisioner. Analisis data dilakukan dengan uji *Chi Square*.

Hasil: Terdapat 41 karyawan (65,1 %) mengalami keluhan nyeri punggung bawah, 27 karyawan (42,9 %) duduk dengan posisi membungkuk dan 35 karyawan (55,6) duduk lebih dari 4 jam. Dari hasil uji statistik menggunakan *chi square* didapatkan nilai $P=0,004$ untuk hubungan nyeri punggung bawah dengan posisi duduk, dan nilai $P=0,001$ untuk hubungan nyeri punggung bawah dengan lama duduk.

Simpulan: Ada hubungan antara posisi dan lama duduk dengan kejadian nyeri punggung bawah pada karyawan PT.Imeco Inter Sarana tahun 2017.

Kata Kunci: Nyeri Punggung Bawah, Posisi duduk, Lama duduk

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI

²Staf pengajar bagian Ilmu Syaraf Fakultas Kedokteran Universitas YARSI

ABSTRACT

Background: Low back pain is a common and common complaint in the community. One of the factors causing low back pain is the duration of sitting and sitting position. Work is at risk of low back pain is a job that has long working hours, one of them is employees. This study aims to determine the relationship between the position and duration of sitting against the incidence of low back pain in employees of PT.Imeco Inter Sarana Jakarta 2017.

Method: This research was conducted by analytical survey approach by cross sectional. Population and sample are employees aged 20-60 years at PT.Imeco Inter Sarana. The sample was selected using Simple Random Sampling. The data were collected by interview using questionnaire. Data analysis was done by Chi Square test.

Result: There were 41 employees (65,1%) having low back pain complaints, 27 employees (42,9%) sitting with bending position and 35 employees (55,6) sitting for more than 4 hours. From statistical test result using chi square obtained P value = 0.004 for relation of lower back pain with sitting position, and value of P = 0,001 for relation of low back pain with duration of sitting.

Conclusion: There is a relationship between the position and duration of sitting with the incidence of low back pain in the employees of PT.Imeco Inter Sarana in 2017.

Keywords: Lower Back Pain, Sitting Position, Length of sitting

Keywords: low back pain, sitting position , sitting duration