

ABSTRAK

Nama : Athifah Nayyara Kamila
NPM : 1102022042
Program Studi : Kedokteran Umum
Judul : Hubungan Antara Pola Hidup Sedentari dengan Kejadian *Low Back Pain* Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2022-2024 dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam

Latar Belakang: *Low Back Pain* (LBP) merupakan keluhan muskuloskeletal yang umum terjadi, salah satunya akibat pola hidup sedentari. Mahasiswa kedokteran memiliki risiko tinggi mengalami pola hidup sedentari karena aktivitas akademik yang menuntut duduk dalam waktu lama.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pola hidup sedentari dengan kejadian *Low Back Pain* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2022-2024 serta tinjauannya menurut pandangan Islam.

Metodologi: Penelitian observasional analitik dengan desain *cross-sectional*. Sampel terdiri dari 90 mahasiswa yang dipilih melalui *quota sampling* sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen penelitian menggunakan *Roland-Morris Disability Questionnaire (RMDQ)* dan *Sedentary Behaviour Questionnaire (SBQ)*. Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat dengan uji *Fisher's Exact*, serta regresi logistik untuk analisis lanjut.

Hasil: Mayoritas responden memiliki pola hidup sedentari tinggi (85,6%) dengan prevalensi LBP sebesar 27,8%. Uji *Fisher's Exact* menunjukkan nilai $p=0,395$ yang berarti tidak terdapat hubungan signifikan antara pola hidup sedentari dengan kejadian LBP. Analisis regresi logistik menghasilkan $OR=1,78$, yang mengindikasikan bahwa responden dengan pola hidup sedentari tinggi memiliki kemungkinan 1,78 kali lebih besar mengalami LBP dibandingkan dengan pola hidup sedentari rendah, namun pengaruh tersebut tidak signifikan secara statistik.

Simpulan: Pola hidup sedentari tidak berhubungan dengan kejadian LBP pada mahasiswa kedokteran Universitas YARSI angkatan 2022-2024. Menurut pandangan Islam, gaya hidup sedentari bertentangan dengan ajaran menjaga kesehatan jasmani, sehingga penerapan aktivitas fisik yang seimbang dianjurkan guna mencegah LBP.

Kata Kunci: Pola Hidup Sedentari; Nyeri Punggung Bawah; Mahasiswa Kedokteran; Faktor Risiko; Pandangan Islam.

ABSTRACT

Name : Athifah Nayyara Kamila
NPM : 1102022042
Study Program : Kedokteran Umum
Title : The Relationship Between Sedentary Lifestyle Patterns and the Incidence of Low Back Pain Among Medical Students at YARSI University, Class of 2022-2024, and Its Review According to Islamic Perspectives

Background: *Low Back Pain (LBP) is a musculoskeletal complaint, one of which is associated with a sedentary lifestyle. Medical students are at high risk of developing a sedentary lifestyle due to academic activities that require prolonged sitting.*

Objective: *This study aims to analyze the relationship between sedentary lifestyle and the incidence of Low Back Pain among medical students of YARSI University, class of 2022–2024, and to review it from an Islamic perspective.*

Methods: *This was an analytical observational study with a cross-sectional design. The sample consisted of 90 students selected through quota sampling based on inclusion and exclusion criteria. Research instruments included the Roland-Morris Disability Questionnaire (RMDQ) and the Sedentary Behaviour Questionnaire (SBQ). Data were analyzed using univariate analysis, bivariate analysis with Fisher's Exact test, and logistic regression for further analysis.*

Results: *The majority of respondents had a high sedentary lifestyle (85.6%) with the prevalence of LBP was 27.8%. The Fisher's Exact test showed a p-value of 0.395, indicating no significant association between sedentary lifestyle and the incidence of LBP. Logistic regression analysis yielded an OR of 1.78 ($p=0.357$), suggesting that respondents with a high sedentary lifestyle were 1.78 times more likely to experience LBP compared to those with a low sedentary lifestyle, although this association was not statistically significant.*

Conclusion: *Sedentary lifestyle was not significantly associated with the incidence of LBP among medical students at YARSI University, class of 2022–2024. From an Islamic perspective, a sedentary lifestyle contradicts maintaining physical health; thus, engaging in balanced physical activity is recommended to prevent LBP.*

Keywords: *Sedentary Lifestyle; Low Back Pain; Medical Students; Islamic Perspective.*