

**HUBUNGAN ANTARA LAMA DUDUK DAN NYERI PUNGGUNGBAWAH
PADA OPERATOR INTERNET DI GONILAN, KARTASURA**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan

Mencapai derajat Sarjana Kedokteran



Diajukan Oleh:

**DENNY SETYAWAN
J500080074**

**FAKULTASKEDOKTERAN
UNIVERSITASMUHAMMADIYAH SURAKARTA
2017**

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA LAMA DUDUK DAN NYERI PUNGGUNG BAWAH
PADA OPERATOR INTERNET DI GONILAN KARTASURA**

Yang Diajukan Oleh :

Denny Setyawan
J 500 080 074

Telah disetujui oleh Dewan Pengaji Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Pada hari:

Pengaji

Nama : Dr. Burhannudin Ichsan, M. Med. Ed
NIP/NIK : 1002

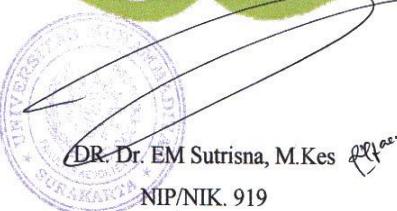
Pembimbing Utama

Nama : Dr. Listyo Asist Pujiarini, M.Sc, Sp.S
NIP/NIK : 196905042010012001

Pembimbing Pendamping

Nama : Dr. Sri Wahyu Basuki, M.Kes
NIP/NIK : 1093

Dekan FK UMS



MOTTO

“jangan pernah berfikr kita akan berhasil menggapai cita-cita tanpa ridha dari orang tua, karena ridha-nya orang tua adalah ridha Allah jua”

“Pelajarilah Ilmu.

Barang Siapa yang Mempelajarinya Karena Allah, itu Taqwa

Menurutnya, itu Ibadah.

Mengulang-ngulang itu Tasbih.

Membahasnya, itu Jihat.

Mengajarkannya Kepada Orang Yang Tidak Tahu, itu Sedekah.

Memberikannya kepada Ahlinya, itu Mendekatkan Diri Kepada Allah.”

(Ahussy Syaih Ibnu Hibban Dan Ibnu Abdil Barr)

“Ingatlah bahwa setiap hari dalam sejarah kehidupan kita ditulis dengan tinta yang tak dapat dihapus lagi”

(Thomas Carlyle)

“Jika anda memiliki keberanian untuk memulai, anda juga memiliki keberanian untuk sukses”

(David Viscoot)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah....

Puji Syukur kepada Allah SWT

Allah yang maha tahu atas apa yang telah diperjuangkan oleh seorang ibu untuk membesarkan nama seorang anak, Allah yang maha melihat apa yang telah diperjuangkan seorang ibu untuk mengangkat derajat seorang anak dan Allah yang maha mendengar segala do'a seorang ibu untuk anaknya. Subhanallah, sungguh mulianya hati seorang ibu, setiap tetes keringat yang tak dapat ku hapus dalam lelah-letihnya, demi anaknya dalam menuntut ilmu.Ibu, engkaulah muara kasih dan sayang semuanya kau lakukan semua buat anak-anakmu yang kau sayang.Walaupuan ku jauh dari jangkauanmu tetapi do'a dan kasih sayangmu selalu kau setakan disetiap langkahku. Maafkan diriku ibu, kadang dengan sengaja dan tak sengaja ku pernah membuat relung hatimu terluka, akan tetapi...ku ingin ibu tahu aku sangat menyayangimu. Terimakasih ya Allah, engkau telah selalu mendampingi ibu, sesungguhnya Allah maha besar.Terimakasih ibu, aku sangat menyayangimu, ibu Hermin Budiarti.

Ketegasanmu, nasehatmu, disiplinmu, karirmu, canda dan tawamu membuatku selalu ingat kepadamu Ayah.Banyak hal dalam hidupmu yang sangat menggelitikku untuk menjadi seperti yang tak mudah menyerah dalam hal pendidikan anakmu ayah, kisah hidupmu yang ayah ceritakan padaku membuatku selalu termotivasi dalam perjalanku kedepannya.“ Ya Allah, jadikanlah dan sampaikanlah pahala dari bacaanku ini kepada ruhnya ayah. Ya Allah, ampunilah dosa-dosanya, rahmatilah dia, sejahtakanlah dia dan maafkanlah segala kesalahanya.Muliakan tempatnya, luaskan kuburnya, terimalah kebagusannya dan hapuskanlah segala kesalahnya lantaran Rahmat-mu Wahai Dzat yang Maha Penyayang”. Ku tahu ayah merasakan kebahagianku sekarang, do'a dan cintaku

untukmu ayah. Terimakasih ayah, aku sangat menyayangimu, ayahanda Almarhum H. Suranto.

Perhatian dan kehangatan cinta kasih tak lepas dari keluargaku, mas Irawan Wisnu Kuncoro, dan adikku Herdianto Setyo Nugroho, budhe Sum Sukowati, pakdhe Budi Wiryawan, simbah ampel, simbah salatiga, dan seluruh keluarga besar yang selalu mendukungku selama ini.

Jasamu yang telah engkau goreskan, luka dan kedukaan yang tak kau wujudkan kepada kami anak didikmu, biarlah luka dan kedukaanmu kami rawat hingga tumbuh sebagai rasa terimakasih atas pengorbananmu selama ini. Guru-guruku dan dosen-dosen yang pernah mengajar kami dibangku perkuliahan terutama dr. Burhannudin Ichsan, M. Med. Ed, dr. Listyo Asist Pujarini, M.Sc, Sp.S, dan dr. Sri Wahyu Basuki, M.Kes yang telah membimbing saya selama ini.

Tiada kata yang tepat untukku kupersembahkan temen-teman semua terutama Gandhi, Apriyanto, Husain, Teguh, Titis, Yani, Rolly, Haris, Radit, Ajeng, Nurvita, Catredal, dan alm.Ifah, terimakasih semua untuk semua yang telah kalian berikan padaku.

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi, sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali dalam naskah ini dan disebutkan dalam pustaka.

Surakarta, 16 Februari 2017

Denny Setyawan

KATA PENGANTAR

Penyusun mengucapkan syukur alhamdulillah kepada Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayah-Nya kepada penyusun, sehingga dapat menyelesaikan skripsi dengan judul "**Hubungan Antara Lama Duduk Dan Nyeri Punggung Bawah Pada Operator Internet Di Gonilan, Kartasura.**" dengan lancar dan tepat pada waktunya, sebagai salah satu syarat untuk memenuhi mata kuliah skripsi dan memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penyusunan skripsi ini bertujuan memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di fakultas Kedokteran Universitas Muhammadyah Surakarta. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis banyak menemui kendala dan hambatan, namun berkat bimbingan, arahan dan bantuan, doa, dukungan, baik moril maupun materil berbagai pihak, penulis dapat menyelesaikannya. Untuk itu perkenankanlah dengan setulus hati penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Dr.dr. Em. Sutrisna, M.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadyah Surakarta.
2. dr. Erna Herawati, Sp. K.J. selaku Ketua Tim Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadyah Surakarta.
3. dr. Listyo Asist Pujarini, M.Sc, Sp.S. selaku Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan, saran dan motivasi bagi penulis.
4. dr. Sri Wahyu Basuki, M.Kes. selaku Pembimbing Pendamping yang telah memberikan bimbingan, saran dan motivasi bagi penulis.
5. dr. Burhannudin Ichsan, M. Med. Ed. selaku Penguji Utama yang telah memberikan saran, nasehat dan melengkapi kekurangan dalam penulisan skripsi ini.

6. Seluruh staf dosen, staff perpus, tata usaha, dan satpam Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta atas bantuan dan dukungannya.
7. Kepada Kepala DesaGonilan, kepada pak bayanpak Sanggup yang telah membantu penulis dalam pengambilan data penelitian.
8. Keluargaku tercinta, ayahanda Suranto (alm), Ibunda Hermin, kakakku Irawan, adikku herdianto, sertabudhe Sum Sukowati, pakdhe Budi Wiryawan, simbah ampel, simbah salatiga, dan seluruh keluarga besaryang telah banyak memberikan kasih sayangnya tiada henti dan bantuan selama peneliti mengikuti pendidikan di Fakultas Kedokteran Univesitas Muhammadiyah Surakarta.
9. Sahabat-sahabatkuGandhi, Apriyanto, Husain, Teguh, Titis, Yani, Rolly, Haris, Radit, Ajeng, Nurvita, Catredal, yang telah memberikan persahabatan yang indah buatku.
10. Sahabat-sahabat di Fakultas Kedokteran angkatan 2008, atas bantuan, do'a, dan keakraban selama ini.
11. Semua pihak yang belum sempat disebutkan, yang telah memberi semangat dan bantuan kepada penulis dalam penelitian dan penyusunan tugas akhir ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi kita semua dan dapat dikembangkan dalam penelitian sejenis selanjutnya.

Surakarta, 16 Februari 2017

Denny Setyawan

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN MOTTO	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori.....	5
1. Nyeri.....	5
a. Definisi Nyeri.....	5
b. Fisiologi Nyeri	5
c. Klasifikasi Nyeri	6
d. Intensitas dan Pengukuran Nyeri	6
2. Nyeri Punggung Bawah	7
a. Definisi Nyeri Punggung Bawah	7
b. Anatomi dan Fisiologi.....	8
c. Etiologi.....	9
d. Faktor Risiko.....	10
e. Klasifikasi	11
f. Patofisiologi	14

g. Manifestasi Klinis	15
h. Daignosis Banding	16
i. Pemeriksaan Penunjang	17
j. Penatalaksanaan Medis	19
3. Duduk.....	20
a. Posisi Duduk	20
b. Lama Duduk	21
c. Posisi Duduk di Depan Komputer	22
4. Hubungan Lama Duduk Dengan Nyheri Punggung Bawah ...	24
B. Kerangka Konsep	26
C. Hipotesis.....	27
BAB III METODE PENELITIAN.....	28
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	28
B. Tempat dan Waktu Penelitian	28
C. Populasi Penelitian	28
D. Sampel dan Teknik Sampling	28
E. Kriteria Retriksi.....	29
F. Identifikasi Variabel Penelitian	29
G. Definisi Operasional.....	29
H. Instrumentasi Penelitian	30
I. Tehnik Pengumpulan Data.....	30
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	31
A. Hasil Penelitian	31
1. Gambaran Karakteristik Responden	31
2. Analisis Data	34
B. Pembahasan Hasil Penelitian	35
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	38
A. Kesimpulan	38
B. Saran.....	38

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Lembar Penjelasan Kepada Calon Subyek Penelitian
- Lampiran 2. Lembar Persetujuan Responden
- Lampiran 3. Lembar Kuesioner
- Lampiran 4. Uji Validitas Kuesioner
- Lampiran 5. Gambaran Karakteristik Responden
- Lampiran 6. Hasil SPSS Jenis Kelamin Terhadap Nyeri Punggung Bawah
- Lampiran 7. Hasil SPSS Usia Terhadap Nyeri Punggung Bawah
- Lampiran 8. Hasil SPSS Tingkat Pendidikan Terhadap Nyeri Punggung Bawah
- Lampiran 9. Hasil SPSS Lama Duduk Terhadap Nyeri Punggung Bawah
- Lampiran 10. Hasil SPSS Lama Istirahat Terhadap Nyeri Punggung Bawah
- Lampiran 11. Hasil SPSS Masa Kerja Terhadap Nyeri Punggung Bawah
- Lampiran 12. Hasil SPSS Chi Square
- Lampiran 13. Surat Izin Melaksanakan Penelitian
- Lampiran 14. Surat Keterangan Selesai Melakukan Penelitian
- Lampiran 15. Surat Penelitian Uji Kelayakan Etik

ABSTRAK

Latar Belakang: Nyeri Punggung Bawah (NPB) sebagai masalah kesehatan umum di dunia berada pada urutan kelima di Amerika sebagai keadaan yang membawa oasien untuk mencari pertolongan dokter. Lama duduk adalah salah satu faktor risiko yang dicurigai menyebabkan NPB. Penelitian ini dilakukan mengetahui hubungan antara lama duduk dan nyeri punggung bawah pada operator internet.

Metode Penelitian: jenis penelitian ini adalah observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Subjek penelitian ini adalah semua operator internet di Gonilan, Kartasura. Teknik pengambilan subjek dilakukan dengan total sampling. Analisis data dilakukan dengan analisis bivariat dengan uji *Fisher* dengan menggunakan tingkat kemaknaan ditetapkan $p<0,05$ dan untuk mengetahui seberapa kuat hubungan antara lama duduk dan NPB, maka digunakan *Odd Ratio* (OR) dengan memperhatikan *Confidence Interval* (CI 0,95%) pada $\alpha = 0,05$.

Hasil Penelitian: Analisis bivariabel dengan uji *Fisher* menunjukkan tidak ada hubungan antara lama duduk dengan nyeri punggung bawah dengan nilai $p = 0,620$.

Kesimpulan: Tidak ada hubungan antara lama duduk dengan nyeri punggung bawah.

Kata Kunci: Lama Duduk, Nyeri Punggung Bawah, Operator Internet.

ABSTRACT

Background: Low back pain as a global health problem in the world ranked fifth in America as a condition requiring patient to ask for professional help. Prolonged sitting are believed to be one of the risk factor causing low back pain. The research worked on in hope to finding if prolonged sitting does correlate with low back pain in internet operators.

Methods: This was an observational study in case-control design. Subject of this study were all internet operators in Gonilan, Kartasura. At that day technique sampling is total sampling. Data analysis performed by bivariate analysis with fisher's exact test. The specified significance level $p < 0.05$ and to find out how strong the connection between Prolonged sitting and low back pain, used odds ratios (OR) with respect to Confidence Interval (CI 0, 95%) at $\alpha = 0.05$.

Results: Analysis of fisher's exact test showed no significant relationship between prolonged sitting with low back pain with the value of $p = 0.620$.

Conclusion: There is no significant relationship between prolonged sitting with low back pain.

Keywords: Prolonged Sitting, Low Back Pain, Internet Operator