

**HUBUNGAN ANTARA DUDUK LAMA DAN TIPE MOTOR DENGAN
KEJADIAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PENGENDARA OJEK**

ONLINE



SKRIPSI

Disusun Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar Sarjana
Fisioterapi

Oleh:

TRISNANDHIKA GALANG PRATAMA
J120 170 029

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2021**

HALAMAN PRASYARATAN GELAR

**HUBUNGAN ANTARA DUDUK LAMA DAN TIPE MOTOR DENGAN
KEJADIAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PENGENDARA OJEK
*ONLINE***

Skripsi Ini Dibuat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi Dalam Program
S1 Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta

Diajukan Pada:

Hari : Rabu

Tanggal : 10 Maret 2021

TRISNANDHIKA GALANG PRATAMA

J120 170 029

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG HASIL
HUBUNGAN ANTARA DUDUK LAMA DAN TIPE MOTOR DENGAN
KEJADIAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PENGENDARA OJEK
ONLINE

Telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk di pertahankan di depan Tim
Penguji Sidang Skripsi Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Oleh:

TRISNANDHIKA GALANG PRATAMA

J120 170 029

Telah di periksa dan disetujui untuk di uji oleh :

Dosen Pembimbing



Wahyuni, S.Fis, Ftr., M.Kes, AIFO

NIK/NIDN : 808/0616077302

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Berjudul:
HUBUNGAN ANTARA DUDUK LAMA DAN TIPE MOTOR
DENGAN KEJADIAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA
PENGENDARA OJEK *ONLINE*

Oleh:
TRISNANDHIKA GALANG PRATAMA
J120170029

Dipertahankan di hadapan Tim Penguji Program Studi
Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada Tanggal :10 Maret 2021

Pembimbing

Wahyuni, S.Fis, Ftr., M.Kes, AIFO
NIK/NIDN : 808/0616077302

Penguji :

1. Wahyuni, S.Fis, Ftr., M.Kes, AIFO
2. Wahyu Tri Sudaryanto, S.Fis, M.KM
3. Wijianto, SST.Ft, Ftr., M.Or

Menyetujui,
Kaprodi Fisioterapi

Isnaini Herawati, S.Fis., Ftr., M.Sc
NIK. 748

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Irdawati, S.Kep. Ns., M.Si. Med
NIK/NIDN: 753/0618057001

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini,

Nama : Trisnandhika Galang Pratama

NIM : J120 170 029

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Jurusan : S1 Fisioterapi

Judul Skripsi : “Hubungan Antara Duduk Lama dan Tipe Motor dengan

Kejadian Nyeri Punggung Bawah Pada Pengendara Ojek *Online*”

Dengan ini saya menyatakan bahwa proposal ini adalah hasil karya saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan pendidikan lainnya, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebut sumbernya. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Surakarta, 01 Januari 2021
Penulis

Trisnandhika Galang Pratama



J120170029

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT, atas rahmat dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul **“Hubungan Antara Duduk Lama dan Tipe Motor dengan Kejadian Nyeri Punggung Bawah Pada Pengendara Ojek Online”** dengan begitu banyak kemudahan yang menbersamai. Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabi Muhammad SAW, yang telah mengantarkan dunia ini dari gelapnya kebodohan menuju terangnya Islam.

Skripsi ini disusun sebagai syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Pada kesempatan kali ini, penulis ingin mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Sofyan Anif, M.Si., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Dr. Mutalazimah, S.KM., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Isnaini Herawati, S.Fis., Ftr., M.Sc., selaku Kepala Program Studi S1 Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Wahyuni, S.Fis., Ftr., M.Kes., AIFO, selaku Dosen Pembimbing 1 yang senantiasa sabar dan ikhlas memberi bimbingan dan pengarahan untuk penyusunan skripsi ini serta tak kenal lelah memberi semangat kepada peneliti.

5. Wahyu Tri Sudaryanto, S.Fis, M.KM selaku Penguji 2 yang telah hadir dan meluangkan waktunya untuk menguji saya
6. Wijianto, SST.Ft, Ftr., M.Or selaku Penguji 3 yang telah hadir dan meluangkan waktunya untuk menguji saya
7. Segenap Bapak dan Ibu Dosen Program Studi S1 Fisioterapi, Staf Laboran Fisioterapi, dan Staf Tata Usaha Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta atas bimbingannya selama ini.
8. Bapak, Ibu, dan adikku tersayang serta segenap keluarga besar yang tak kenal lelah memberi dukungan, membantu dan mendoakan saya.
9. Mbak Azza, yang sabar dan tak kenal lelah membantu penulis, dalam proses penyusunan skripsi dan memberi semangat kepada penulis.
10. Segenap responden yang sudah berkenan untuk menjadi sampel penelitian, skripsi ini.
11. Teman-teman seperjuangan Program Studi S1 Fisioterapi Angkatan 2017 yang saling memberi dukungan satu sama lain sehingga sampai pada titik ini serta Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.

Penulis sangat menyadari bahwa terdapat banyak kekurangan dan keterbatasan dalam skripsi ini, namun penulis berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi pendidikan dan kesehatan khususnya dalam lingkup fisioterapi.

Surakarta, 01 Januari 2021



Trisnandhika Galang Pratama

MOTTO

"janganlah menjadi orang yang merasa bisa dan pintar, tetapi jadilah orang yang
bisa dan pintar merasa"

HALAMAN PERSEMBAHAN

Dengan menyebut nama Allah yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang, atas segala karunia dan hidayah-Nya, penulis persembahkan skripsi ini kepada :

1. Bapak dan Ibu, yang sudah membesarkan saya tanpa lelah, memberi dukungan dan doa serta segala pengorbanannya untuk putra putrinya.
2. Adikku tersayang, yang memberikan dukungan dan bantuan untuk saya selama ini, tetap semangat belajar semoga tetap menjadi kebanggaan orang tua dan semoga bisa sekolah tinggi sesuai cita-cita yang di impikan.
3. Ibu Wahyuni, atas segala kesabaran, keiklasan dan tak kenal lelah memberi bimbingan dan semangat kepada penulis.
4. Teman-teman seperjuangan Program Studi S1 Fisioterapi angkatan 2017 Universitas Muhammadiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang : Seiring berkembangnya teknologi, ojek konvensional telah dikembangkan menjadi ojek berbasis *online* yang mempermudah penumpang dalam proses pemesanan ojek (Novianah *et al.*, 2014). Meningkatnya pengguna ojek *online* menciptakan lapangan pekerjaan baru yang banyak diminati oleh banyak orang, terdapat beberapa tipe motor yang digunakan salah satunya motor bebek dan motor *matic*, banyaknya pengguna jasa ojek *online* membuat durasi bekerja pengendara ojek *online* menjadi bertambah dan hal tersebut mengakibatkan pengendara duduk dalam waktu yang lama sehingga mengakibatkan nyeri punggung bawah (A. Gunawan, 2016). **Tujuan penelitian :** Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara duduk lama dan tipe motor dengan kejadian nyeri punggung bawah pada pengendara ojek *online*. **Manfaat Penelitian :** Hasil penelitian ini diharapkan dapat melengkapi penelitian sebelumnya dan dapat digunakan untuk bahan penelitian lanjutan. **Metode Penelitian :** Penelitian ini merupakan jenis penelitian dengan menggunakan *observasional analitik* menggunakan metode *cross sectional*, dengan sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 40 orang berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, teknik pengumpulan data pada penelitian ini dengan cara memberikan kuisioner kepada responden yang masuk dalam kriteria inklusi melalui kuisioner berupa *google form*. **Hasil Penelitian :** Hasil penelitian ini menggunakan analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia, lama duduk, tipe motor, dan nyeri punggung bawah dan menggunakan analisis bivariat dengan uji korelasi *spearman rank* dan didapat nilai korelasi antara lama duduk dengan nyeri punggung bawah (0,460) dan nilai korelasi antara tipe motor dengan nyeri punggung bawah (0,658). **Kesimpulan :** Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan sedang antara duduk lama dengan kejadian nyeri punggung bawah pada pengendara ojek *online* dan terdapat hubungan kuat antara tipe motor dengan kejadian nyeri punggung bawah pada pengendara ojek *online*.

Kata kunci: Ojek online, Lama duduk, Tipe motor, Nyeri punggung bawah

ABSTRACT

Background: As technology develops, conventional ojegs have been developed into online-based ojegs that make it easier for passengers to order ojek (Novianah et al., 2014). The increasing number of online motorcycle taxi users creates new jobs that are much in demand by many people, there are several types of motorbikes that are used, one of which is motorcycle and automatic motorbikes, the number of online motorcycle taxi service users has increased the working duration of online motorcycle taxi riders and this has resulted in riders sitting down. in a long time so that it causes lower back pain (A. Gunawan, 2016). **Research objective:** To determine whether there is a relationship between prolonged sitting and the type of motorbike with the incidence of low back pain in online motorcycle taxi riders. **Research Benefits:** The results of this study are expected to complement previous research and can be used for further research materials. **Methods:** This research is a type of research using observational analytic using cross sectional method, with the sample used in this study as many as 40 people based on inclusion and exclusion criteria, data collection techniques in this study by giving questionnaires to respondents who fall into the inclusion criteria. through a questionnaire in the form of google form. **Results:** The results of this study used univariate analysis to describe the characteristics of respondents based on gender, age, length of sitting, motor type, and low back pain and used bivariate analysis with the Spearman rank correlation test and the correlation value between sitting length and low back pain was obtained (0.460) and the correlation value between motor type and low back pain (0.658). **Conclusion:** From the results of the study it can be concluded that there is a moderate relationship between sitting for a long time and the incidence of low back pain in online motorcycle taxi riders and there is a strong relationship between the type of motorbike and the incidence of low back pain in online motorcycle taxi riders.

Keywords: online motorcycle taxi, length of sitting, type of motorbike, lower back pain

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL.....	i
HALAMAN PRASYARATAN GELAR	ii
HALAMAN PERSETUJUAN SIDANG HASIL	iii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	iv
PERNYATAAN	v
KATA PENGANTAR	vi
MOTTO	viii
HALAMAN PERSEMBAHAN	ix
ABSTRAK.....	x
ABSTRACT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	.1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II LANDASAN TEORI.....	7

A. Tinjauan Pustaka.....	7
B. Tinjauan Teori.....	8
1. Anatomi Fungsional Lumbal.....	8
2. Nyeri Punggung Bawah.....	12
a. Definisi.....	12
b. Etiologi.....	12
c. Patofisiologi.....	13
d. Faktor Yang Memperberat.....	13
e. Klasifikasi Nyeri Punggung Bawah.....	15
f. Latihan <i>William Flexion</i> untuk Nyeri Punggung Bawah.....	17
g. Latihan <i>MC Kenzie</i> untuk Nyeri Punggung Bawah.....	20
h. Latihan <i>Stretching</i> untuk Nyeri Punggung.....	21
3. Tipe Motor.....	21
a. Definisi Motor.....	21
b. Klasifikasi Jenis Motor.....	22
4. Duduk.....	25
a. Definisi Duduk.....	25
b. Macam-Macam Posisi Duduk.....	26
5. Ojek Online	27
a. Definisi Ojek <i>Online</i>	27

b. Perbedaan ojek <i>online</i> dan ojek konvensional.....	28
c. Faktor-Faktor Pendukung Pemilihan Mode Transportasi Ojek Online.....	28
6. Hubungan Tipe Motor dengan Nyeri Punggung Bawah.....	29
7. Pengukuran Nyeri Punggung Bawah dengan ODI.....	30
C. Kerangka Berpikir.....	31
D. Kerangka Konsep.....	32
E. Hipotesis.....	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	33
A. Jenis Penelitian	33
B. Waktu dan Tempat Penelitian	33
C. Populasi dan Sampel	34
D. Variabel.....	35
E. Definisi Konseptual.....	35
F. Definisi Operasional.....	37
G. Langkah-Langkah Penelitian	40
H. Teknik Pengumpulan Data.....	41
I. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas	41
J. Analisis Data	43
BAB IV HASIL & PEMBAHASAN	44
A. Gambaran Umum Penelitian.....	44

B. Analisa Data	47
1. Uji Nomalitas	47
2. Uji Bivariat.....	48
C. Pembahasan.....	50
1. Jenis Kelamin.....	50
2. Usia	50
3. Lama Duduk.....	51
4. Tipe Motor	52
5. Nyeri Punggung Bawah	53
6. Hubungan antara duduk lama dengan kejadian nyeri punggung bawah....	53
7. Hubungan antara tipe motor dengan kejadian nyeri punggung bawah	54
D. Keterbatasan Penelitian.....	55
BAB V PENUTUP	56
A. Kesimpulan	56
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA... ..	58
LAMPIRAN	63

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tinjauan Pustaka	7
Tabel 3.1 Agenda Pelaksanaan	33
Tabel 4.1 Karakteristik Responden	44
Tabel 4.2 Uji Normalitas.....	47
Tabel 4.3 Derajat Hubungan	48
Tabel 4.4 Hubungan antara duduk lama dengan kejadian nyeri punggung bawah	48
Tabel 4.5 Hubungan antara tipe motor dengan kejadian nyeri punggung bawah.	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Struktur Anatomi.....	9
Gambar 2.2 Motor Bebek.....	23
Gambar 2.3 Skuter Matic	25
Gambar 2.4 Kerangka Berpikir	31
Gambar 2.5 Kerangka Konsep.....	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Informed Consent	63
Lampiran 2 Lembar Kuisisioner Penelitian Tipe Motor	65
Lampiran 3 Lembar Kuisisioner Penelitian Oswestry Disability Index	68
Lampiran 4 Uji Validitas & Reliabilitas	72
Lampiran 5 Surat Ijin Penelitian	81
Lampiran 6 <i>Ethical Clearence</i>	82
Lampiran 8 Hasil Turnitin.....	83