

ABSTRAK

Nyeri punggung bawah merupakan nyeri yang dirasakan diantara sudut iga terbawah sampai lipat bokong yaitu di daerah lumbal atau lumbosakral, dapat merupakan nyeri lokal maupun nyeri radikuler atau keduanya. Faktor risiko yang terkait dengan kejadian NPB yaitu masa kerja, posisi kerja dan berat beban kerja dan lama duduk pada kursi yang tidak ergonomis. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan lama duduk dengan kursi yang tidak ergonomis pada kejadian nyeri punggung bawah. Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan pendekatan cross sectional. Subjek penelitian terdiri dari 51 responden pegawai PT Danbi International bagian pembuatan bulu mata. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa terdapat hubungan antara lama duduk pada kursi yang tidak ergonomis dengan kejadian nyeri punggung bawah ($p=0,017$). Simpulannya terdapat hubungan yang bermakna antara lama duduk pada kursi yang tidak ergonomis dengan keluhan nyeri punggung bawah.

Kata Kunci: nyeri punggung bawah, lama duduk, kursi yang tidak ergonomis

ABSTRACT

Lower back pain is pain that is felt in the lower back region, it can be local pain or radicular pain or both. There are several important risk factors associated with the incidence of LBP, namely age over 35 years, smokers, and family history of patients with musculoskeletal disorder, body mass index (BMI), height, exercise habits, length of work, work position and weight of workload and chairs which is not ergonomic. The purpose of this study was to determine the relationship between sitting time and chairs that are not ergonomic in the incidence of lower back pain. This research uses observational analytic method with cross sectional approach. The research subjects consisted of 51 respondents from PT Danbi International employees in the section on making eyelashes. Data is collected using a questionnaire. The results of this study found that there is a relationship between the length of sitting in a chair that is not ergonomic with the incidence of low back pain ($p = 0.017$). Conclusion, there is a significant relationship between the length of sitting in a chair that is not ergonomic with complaints of low back pain.

Keywords: *low back pain, sit duration, non ergonomic chair*