UNTAR
FAKULTAS KEDOKTERAN

Terakreditasi BAN PT A (Unggul) QS STARS RATING SYSTEM 2010 IABEE CPA AUSTRALIA ICAEW CHARTERED ACCOUNTANTS

UNTAR untuk INDONESIA

TACO HAM

Prosiding

The 2nd Tarumanagara Conference on Health and Medicine

29 September 2022

Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

Prosiding

The 2nd Tarumanagara Conference on Health and Medicine

Jakarta, 29 September 2022

Editor:
Erick Sidarta, S.Si., M.Biomed.
dr. Wiyarni Pambudi, Sp.A., IBCLC

Penerbit:
Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

Alamat Redaksi:
Jln. Letjen. S. Parman No. 1 Kampus 1 UNTAR, Gedung J,
Lantai 2 Jakarta Barat Telp: 021-5671747, ext. 401
E-mail: uppm@fk.untar.ac.id

PROSIDING

The 2nd Tarumanagara Conference on Health and Medicine

Tantangan Blended Learning dalam Pengembangan Medical Research di Era Society 5.0

diterbitkan
Unit Penelitian dan Pengabdian Masyarakat
Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara
@2022 Universitas Tarumanagara

Hak Cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini, dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun, tanpa izin tertulis dari UPPM FK UNTAR

ISBN 978-623-6775-78-3

Susunan Panitia Pelaksana

Penasehat	:	Dr. dr. Noer Saelan Tadjudin, Sp.KJ
Pengarah	:	dr. Yoanita Widjaya, M.Pd.Ked
		dr. Shirly Gunawan, Sp.FK
		dr. Wiyarni Pambudi, Sp.A, IBCLC
Ketua Pelaksana	:	dr. Susy Olivia Lontoh, M.Biomed
Wakil Ketua	:	dr. Dorna Yanti Lola Silaban, M.Gizi, Sp.GK
Bendahara	:	dr. Alexander Halim Santoso, M.Gizi
		Dwiki Gunawan, SE
Sie Acara	:	dr. Zita Atzmardina, MM, M.K.M, Sp.KKLP
		dr. Alexander Halim Santoso, M.Gizi
		dr. David Limanan, M.Biomed
		dr. Djung Lilya Wati, Sp.S
		dr. Herwanto, Sp.A
		dr. Yoanita Widjaya, M.Pd.Ked
		Alicia Sarijuwita
		Astin Mandalika
		Eilen Corrinna Emery Sampean
		Kaffa Nailul Masruroh
		Muhammad Dzakwan Dwi Putra
Sie Ilmiah dan Publikasi	:	Erick Sidarta, S.Si, M.Biomed
		Dr. dr. Arlends Chris, M.Si
		dr. Fenny Yunita, M.Si, PhD
		dr. Octavia Dwi Wahyuni, M.Biomed
		Dr. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.G.K(K)
		dr. Novendy, MKK, Sp. KKLP, FISPH, FISCM
		dr. Ria Buana, M.Biomed
		Dr. dr. Siufui Hendrawan, M.Biomed
		dr. Velma Herwanto, SpPD, FINASIM, PhD
		dr. Wiyarni Pambudi, Sp.A, IBCLC
		Bruce Edbert
		Devina Gunawan
		Nawaika Shafira Putri
		Nina Edhita Odilia
		Ranindita Maulya Ismah Amimah
		Ni Kanaya
		Indah Purnamasari, Amd, SKed

Sie Website dan Dokumentasi	:	dr. Clement Drew, M.Epid (koordinator) dr. Silviana Tirtasari, M.Epid dr. Olivia Charissa, M.Gizi, Sp.GK Muhammad Iqram Nisrina Haifa Luftia Stefanny Sartono Wisasti Gladys
Reviewer	:	Dr. dr. Arlends Chris, M.Si Erick Sidarta, S.Si, M.Biomed dr. Ernawati, SE, MS, Sp. KKLP, FISCM, FISPH dr. Fenny Yunita, MSi, PhD dr. Gunawan, SpPD Lidwina Priliani. M. Si Dr. dr. Meilani Kumala, MS, Sp.GK (K) dr. Novendy, MKK, Sp. KKLP, FISPH, FISCM dr. Octavia Dwi Wahyuni, M.Biomed dr. Ria Buana, M.Biomed Dr. dr. Siufui Hendrawan, M.Biomed Ulung Gondo Kusumo Khoe, PhD, MBA dr. Velma Herwanto, SpPD, FINASIM, PhD dr. Wiyarni Pambudi, Sp.A, IBCLC
Editor	:	Erick Sidarta, S.Si, M.Biomed dr. Wiyarni Pambudi, Sp.A, IBCLC

DAFTAR ISI

HALAMAN MUKA i

SUSUNAN KEPANITIAAN ii

DAFTAR ISI v

LAPORAN KETUA 2nd TaCoHaM 2022 viii

SAMBUTAN KETUA UPPM FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA ix

SAMBUTAN DEKAN FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA x

SAMBUTAN REKTOR UNIVERSITAS TARUMANAGARA xi

PEMBICARA DAN MODERATOR xii

SUSUNAN ACARA xiii

MAKALAH 1st TACOHAM

Topik: Infeksi dan Penyakit Tropik 1

Pengaruh Persepsi tentang Vaksinasi Covid-19 terhadap Pelaksanaan Protokol Kesehatan Setelah Vaksinasi Covid-19 pada Masyarakat Kabupaten Bogor 2
Alifia Nadyra Fasya, Mochamat Helmi

Gambaran Faktor Risiko Tuberkulosis Paru pada Balita di RSUD Embung Fatimah Kota Batam 14
Dwi Novia Lestari, Naomi Esthernita Fauzia Dewanto

Hubungan Antara Persepsi dan Sikap Masyarakat tentang Vaksinasi Covid-19 di Kabupaten Badung Bali Januari - Februari 2022 21
Ida Bagus Putra Surya Wibawa, Mochamat Helmi

Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Penyuluhan tentang Gonore dengan Menggunakan Media Audiovisual pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2021 30
Luthfiani Sarah Sophia, Irene Dorthy Santoso

Gambaran Tingkat Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Kejadian Ikutan Pasca Imunisasi Vaksin Covid-19 Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara 32
Siti Elita Syabaniyah, Nency Martaria

Gambaran Tingkat Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara mengenai Demam Berdarah Dengue (DBD) 47
Siti Rubiyati, Chrismerry Song

Hubungan Personal Hygiene dengan Gejala Skabies di Pondok Pesantren Baitul Hikmah Kecamatan Bojongsari Kota Depok 59
Talitha Zhafirah, Ria Buana

Topik: Kesehatan Ibu dan Anak 68

Hubungan Tingkat Pengetahuan Ibu terhadap Tingkat Kejadian Diare pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Gunungpati 69
Azizia Dini Astungkari, Zita Atzmardina

Hubungan Tingkat Kecemasan Orangtua pada Pemberian Imunisasi Dasar Lengkap Usia 0-12 Bulan di Puskesmas Wanakerta Karawang Selama Era Pandemi Covid-19 75
Banowati Eka Aspi Pratiwi, Fransiska Farah

Hubungan Tingkat Pendidikan Orangtua terhadap Kemandirian Anak Usia 3-6 Tahun di PAUD Aisyiyah Bustanul Athfal Kedungneng Kecamatan Losari Kabupaten Brebes 83
Mohammad Nuh Sobiyanto, Eko Kristanto Kunta Adjie

Hubungan Pengetahuan Orangtua terhadap Intensitas Penggunaan Gawai pada Anak Usia 1-5 Tahun 89
Nabilla Permata Cifa, Wiyarni Pambudi

Insidens Defisiensi G6PD pada Bayi Baru Lahir Bulan Januari-Juni 2021 di Siloam Hospitals Kebon Jeruk Jakarta Barat 98
Silvi Ayu Pratiwi, Naomi Esthernita Fauzia Dewanto

Hubungan Pemberian Makanan Pendamping ASI (MPASIi) Dini dengan Kejadian Diare pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Puskesmas Cikeusal, Serang, Banten 107
Yuni Mahrunisa, Fransiska Farah

Hubungan Karakteristik Ibu Dengan Persepsi dan Perilaku Ibu Dalam Memilih Minuman Ringan Untuk Anak di Pondok Bambu 114
Fairin Zahrani, Wiyarni Pambudi

Profil Konsumsi Sayur dan Buah pada Ibu Rumah Tangga 123
Muhammad Algifari, Idawati Karjadidjaja

Topik: Pendidikan Kedokteran 128

Hubungan Stres dengan Prestasi Akademik Saat Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2019 129
Alif Aditya Farandila Saedi, Noer Saelan Tadjudin

Hubungan Merokok dengan Tingkat Fungsi Kognitif pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran 1Universitas Tarumanagara Angkatan 2018 141
Mustika Tresnawiwitan, Anastasia Ratnawati Biromo

Topik: Penyakit Tidak Menular 149

Gambaran Kadar Hidrasi Kulit Tangan pada Pekerja Pembuat Tahu di Pabrik Tahu Kecamatan Matraman Jakarta Timur 150
Fitri Rahmawati Sopian, Linda Yulianti W

Pemetaan Faktor-Faktor Risiko Hipertensi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2018-2019 Universitas Tarumanagara 161
Nafiis Pratama, Alexander Halim Santoso

Hubungan Low Back Pain dengan Lama Duduk pada Mahasiswa Fk Untar 2019-2021 dalam Pembelajaran Online 171
Tania Yumna Dzahabiyyah, Tjie Haming Setiadi

Hubungan Kualitas Tidur dengan Kekuatan Genggaman Tangan pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara 181
Tasha Amalia, Arlends Chris

Hubungan Komorbiditas Dengan Kualitas Hidup Pada Lansia Di Komunitas Binaan Pusaka 41 Yayasan Al-Madiniyah Jakarta Barat 189
Imam Bukhori, Marcella Erwina Rumawas

Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Hipertensi Pada Staf Guru Dan Karyawan Yayasan Persekolahan Eben Haezar Manado 200
Rafennia Noviana Maria Kakalang, Zita Atzmardina

Laporan Kasus 211

Stroke Hemoragik dengan Komplikasi Intraventrikular Hemoragik 212
Calvin Linardi Putra, Martin Firman Suryo

Tirotoksik Periodik Paralisis (TPP) Hipokalemik Akibat Penyakit Grave pada Laki-Laki Usia 26 Tahun 221
Burhan Gunawan, Rou Akur Padapotan

Tuberkulosis Diseminata pada Anak: Tantangan Diagnosis dan Tantangan 229
Fransiska Farah, Wahyuni Indawati

DAFTAR NAMA PEMAKALAH 1st TACOHAM 235

HUBUNGAN *LOW BACK PAIN* DENGAN LAMA DUDUK PADA MAHASISWA FK UNTAR 2019-2021 DALAM PEMBELAJARAN ONLINE

Tania Yumna Dzahabiyyah[1], Tjie Haming Setiadi[2]
[1] Program Studi Sarjana Kedokteran, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta
[2] Bagian Anatomi, Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Jakarta
Korespondensi: tania.405190135@stu.untar.ac.id

ABSTRAK

Low back pain merupakan gangguan muskuloskeletal yang berlokasi di bawah *margin costae* dan di atas garis *glutea superior* yang dipengaruhi oleh ragam faktor. Salah satu faktor penyebab *low back pain* yaitu faktor sikap kerja, misalnya lama duduk dengan posisi yang buruk tanpa melakukan peregangan otot. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *low back pain* dengan lama duduk mahasiswa FK Untar angkatan 2019-2020 pada pembelajaran *online*. Metode penelitian analitik-observasional menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified random sampling* dengan rumus Lemeshow. Sampel penelitian ini yaitu mahasiswa FK Untar angkatan 2019-2021 yang berjumlah 439 yang terdiri dari 71 mahasiswa angkatan 2019, 142 mahasiswa angkatan 2020, dan 226 mahasiswa mahasiswa 2021. Teknik pengumpulan data penelitian mengunakan kuisioner melalui *Google Form* pada Januari-Maret 2022. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan program SPSS 26.0. Uji statistik yang tepat untuk melakukan analisis bivariat dalam penelitian ini yaitu *Chi – Square*. Syarat-syarat terpenuhi sehingga uji hipotesis yang digunakan yaitu *Chi-Square*. Apabila nilai *p-value* < 0,05, maka terdapat korelasi yang bermakna antara kedua variabel yang dihubungkan, artinya hipotesis diterima. Hasil dan pembahasan: Berdasarkan hasil analisis bivariat durasi duduk responden >4 jam dan ≤4 jam didapatkan *p-value* 0,708 dan OR 0,821. Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara durasi duduk dengan gejala *low back pain* pada responden dan responden yang memiliki durasi duduk >4 jam selama perkuliahan lebih beresiko 0,821 kali lipat dari pada mahasiswa yang memiliki durasi duduk ≤4 Jam.
Kata kunci *Low Back Pain*, pembelajaran *online*, mahasiswa

ABSTRACT

Low Back Pain is Musculoskeletal disorder located below and above the margin of costae superior gluteal line is influenced by a variety of factors. One of the factors that cause Low Back Pain is work attitude, for example sitting in a bad position for long without stretching the muscles. This study aims to determine the relationship between Low Back Pain and length of stay of students of FK Untar class of 2019-2020 in learning online. The study was conducted using analytical-observational research method using cross-sectional approach. The sampling technique used stratified random sampling technique with the Lemeshow's formula. The sample of this research is 439 FK Untar students class of 2019-2021 consist of 71 students from class 2019, 142 students from class 2020, and 226 students from class 2021. Research data collection techniques use questionnaires through Google Form in January-March 2022. The data obtained were analyzed using the SPSS 26.0 program. Statistical test to bivariate analysis in this study is Chi-Square. The conditions are met, so that the hypothesis test used is Chi-Square. If the p-value < 0.05, then there is a significant correlation between the two variables that are connected, meaning that the hypothesis is accepted. Results and Discussion: Based on the results of the bivariate analysis of respondents sitting duration >4 hours and ≤4 hours, the p-value was 0.708 and the OR was 0.821. Conclusion: There is no significant relationship between the duration of sitting with symptoms of low back pain in respondents and respondents who have a sitting duration of >4 hours during lectures are 0.821 times more at risk than respondents who have a sitting duration of ≤4 hours.
Keywords: *Low Back Pain, online learning, students*

PENDAHULUAN

Low Back Pain merupakan gangguan muskuloskeletal yang berlokasi di bawah *margin costae* dan di atas garis *glutea superior* yang dipengaruhi oleh berbagai faktor. Beberapa faktor yang berdampak pada *low back pain* yaitu usia, indeks massa tubuh, jenis kelamin, dan sikap kerja.[1] Hal-hal yang sangat mempengaruhi kondisi *low back pain* yaitu faktor sikap kerja, misalnya berlama-lama duduk dengan posisi yang buruk tanpa melakukan peregangan otot.[2] Sekolah kedokteran sendiri cenderung memiliki kurikulum yang memakan waktu yang lama sehingga mahasiswa cenderung banyak melaksanakan kegiatan duduk dalam waktu yang lama. Prevalensi LBP tinggi pada mahasiswa kedokteran.[3] Pada sebuah jurnal menyebutkan bahwa prevalensi nyeri punggung bawah yang tinggi di kalangan siswa sehingga dapat mengkhawatirkan karena usia siswa masih muda.[4]

Kegiatan Pembelajaran Jarak Jauh atau disingkat PJJ merupakan suatu langkah yang diambil oleh pemerintah di masa pandemi Covid-19 agar pendidikan tetap dapat terlaksana. Pembelajaran jarak jauh adalah proses pembelajaran di mana antara pengajar dan pembelajar tidak terjadi tatap muka secara langsung. Komunikasi pada pembelajaran jarak jauh berlangsung secara dua arah yang dijembatani oleh internet, komputer, televisi, telepon, radio, video dan sebagainya. Pembelajaran jarak jauh ini dilaksanakan oleh semua jenjang pendidikan, tak terkecuali jenjang kuliah. Pembelajaran jarak jauh ini membuat para mahasiswa lebih banyak duduk dengan durasi waktu yang lama.[5]

Beberapa jurnal penelitian menjelaskan tentang mahasiswa yang memiliki durasi duduk yang lama akan mengakibatkan nyeri di punggung bagian bawah.[6] Menurut peneliti, batas normal lamanya duduk seseorang selama 1 jam.[7] Sebuah jurnal menyebutkan sebanyak 15-20% populasi mengalami insiden *low back pain*, 98% diantaranya disebabkan oleh faktor mekanikal karena ligamentum tulang belakang dan ketegangan otot. Gangguan mekanikal tersebut dapat disebabkan karena duduk yang lama. Sementara itu, pada penelitian Samara (2004), menjelaskan bahwa risiko *low back pain* dapat terjadi oleh faktor duduk dengan membungkuk selama empat jam perhari.[8]

Kejadian *low back pain* menjadi kasus pemicu kecacatan kedua terbesar di dunia menurut WHO pada tahun 2017, yaitu sebesar 20 – 30 % kasus.[9] Menurut data USA, di Amerika lebih dari 25 % orang dewasa mengalami keluhan LBP dalam 3 bulan terakhir dengan frekuensi kekambuhan sekitar 24 – 80 %.[10] Pada kawasan Asia Tenggara, tepatnya di Myanmar dan Thailand menunjukan prevalensi LBP sebesar 32,1% dan 44,8% yang diobservasi selama 1 tahun. Sementara itu, penelitian pada kelompok usia produktif selama 3 bulan di Indonesia, didapatkan prevalensi sebesar 38,4% dengan rata-rata keluhan terjadi pada usia 50 – 59 tahun dan 22,3% subjek mengindikasikan LBP kronik.[11]

Berdasarkan pemaparan di atas dan keterbatasan penelitian mengenai hubungan *low back pain* dengan lama duduk pada mahasiswa FK Untar 2019 - 2021 dalam pembelajaran *online*, maka peneliti melaksanakan penelitian yang berjudul "Hubungan *Low Back Pain* dengan Lama Duduk pada Mahasiswa FK UNTAR 2019 - 2021 dalam Pembelajaran *Online*".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain studi analitik-observasional dengan pendekatan potong lintang *(cross-sectional)*. Pengambilan data dilakukan di Universitas Tarumanagara dalam jangka waktu dua bulan pada Januari – Maret 2022. Populasi penelitian ini yaitu mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara angkatan 2019-2021. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *stratified random sampling* dengan rumus Lemeshow. Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa FK Untar angkatan 2019-2021 yang berjumlah 439 yang terdiri dari 71 mahasiswa angkatan 2019, 142 mahasiswa angkatan 2020, dan 226 mahasiswa mahasiswa 2021. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner berupa *Google Form.* Analisis data menggunakan SPSS IBM Versi 26.0*.* Uji statistik yang tepat untuk melakukan analisis bivariat dalam penelitian ini yaitu *Chi – Square*. Syarat-syarat terpenuhi sehingga uji hipotesis yang digunakan yaitu *Chi-Square*. Apabila nilai *p-value* < 0,05, maka terdapat korelasi yang bermakna antara kedua variabel yang dihubungkan, artinya hipotesis diterima.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Total responden pada penelitian ini yaitu 439 mahasiswa FK Untar angkatan 2019-2021 yang terdiri dari 71 mahasiswa angkatan 2019, 142 mahasiswa angkatan 2020, dan 226 mahasiswa mahasiswa 2021. Responden yang berjenis kelamin perempuan yaitu 318 mahasiswi atau sebesar 72,4% sedangkan mahasiswa yang berjenis kelamin laki-laki yaitu 121 orang atau sebesar 27,6%. Tabel 1. menyajikan karakteristis responden mahasiswa FK UNTAR.

Tabel 1. Karakteristik responden mahasiswa FK UNTAR

Variabel	n	%
Jenis Kelamin		
Laki-laki	121	27,6
Perempuan	318	72,4
Angkatan (Tahun)		
2019	71	16,2
2020	142	32,3
2021	226	51,5
Jumlah	439	100

Responden mahasiswa FK UNTAR sebanyak 50 mahasiswa (11,4%) memiliki indeks massa tubuh (IMT) > 30 kg/m^2 yang masuk kedalam kategori sebagai Obes II. Kemudian sebanyak 59 mahasiswa (13.4%) memiliki IMT 25 - 29,9 kg/m^2 yang masuk kedalam kategori Obes I, 47 mahasiswa (10,7%) memiliki IMT 23 - 24,9 kg/m^2 di mana masuk kedalam kategori beresiko, 14 (3,2%) memiliki IMT ≥ 23 kg/m^2 di mana masuk kedalam kategori *overweight*, 206 mahasiswa (46,9%) memiliki IMT ≥ 18,5 – 22,9 kg/m^2 di mana masuk kedalam kategori normal dan yang terakhir sebanyak 53 mahasiswa (14,4%) memiliki IMT sebesar < 18,5 kg/m^2 di mana masuk ke dalam kategori *underweight*. Pada kasus kebiasaan lama duduk saat perkuliahan, sebagian besar mahasiswa yaitu 419 orang (95,4%) duduk selama lebih dari 4 jam (>4 jam). Sedangkan untuk yang memiliki kebiasaan berolahraga yaitu sebanyak 200 mahasiswa (45,6%) sebagian besar memilih olahraga jenis futsal yaitu sebanyak 79 orang (18,0%) memiliki frekuensi olahraga dalam seminggu sebanyak 1-3 kali.

Data yang dikumpulkan merupakan rasa tidak nyaman yang dirasakan oleh mahasiswa pada punggung bawah dalam 12 bulan terakhir. Sebanyak 313 orang (71,3%) mahasiswa pernah mengalami rasa tidak nyaman/nyeri dan mahasiswa yang

mengalami rasa tidak nyaman/nyeri dengan durasi selama 0-7 hari sebanyak 369 orang (84,1%). Mahasiswa tersebut terpaksa harus mengganti posisi duduk akibat rasa nyeri yang dialami. Namun, sebagian besar mahasiswa (96.4%) lebih memilih untuk tidak mengkonsultasikan ke dokter maupun fisioterapi mengenai rasa nyeri pada punggung bagian bawah hingga mahasiswa kebanyakan tidak memilih untuk dirawat di rumah sakit.

Data hasil penelitian diuji menggunakan uji analisis *Chi-Square* didapatkan durasi duduk mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara yaitu >4 jam dan ≤4 jam selama perkuliahan dengan nillai p-value 0,708 dan OR 0,821. Tabel 2. menyajikan analisis bivariat hubungan durasi duduk responden mahasiswa FK UNTAR.

Tabel 2. Hubungan durasi duduk responden pada mahasiswa FK UNTAR

Durasi Duduk	Gejala *Low Back Pain*				Jumlah		P value	OR
	Ya		Tidak					
	n	%	n	%	n	%		
>4 Jam	298	71,1	121	28,9	419	100	0,708	0,821
≤4 Jam	15	75	5	25	20	100		

Pada penelitian ini, jumlah responden yang digunakan yaitu 439 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. Berdasarkan data yang diperoleh, responden dalam penelitian mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu 318 orang (72,4%) dan jenis kelamin laki-laki sebanyak 121 orang (27,6%). Mayoritas responden berstatus angkatan tahun 2021 yaitu 226 orang (51,5%), tahun angkatan 2020 sebanyak 142 orang (32,3%) dan tahun angkatan 2019 sebanyak 71 orang (16,2%).

Penelitian yang dilakukan oleh Andini. F menyatakan bahwa terdapat faktor individu yang dapat mempengaruhi terjadi *low back pain* yaitu salah satunya jenis kelamin.[12] Prevelansi terjadinya LBP lebih banyak pada wanita dibandingkan dengan laki-laki. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa wanita lebih sering izin untuk tidak bekerja karena LBP.[13] Jenis kelamin sangat mempengaruhi tingkat risiko keluhan otot rangka, hal ini terjadi karena secara fisiologis, kemampuan otot wanita lebih rendah daripada pria.

Berdasarkan hasil penelitian, responden mahasiswa FK UNTAR sebanyak 50 mahasiswa (11,4%) memiliki indeks massa tubuh (IMT) > 30 kg/m^2 yang masuk

kedalam kategori sebagai Obes II. Kemudian sebanyak 59 mahasiswa (13.4%) memiliki IMT 25 - 29,9 kg/m^2 yang masuk kedalam kategori Obes I, 47 mahasiswa (10,7%) memiliki IMT 23 - 24,9 kg/m^2 di mana masuk kedalam kategori beresiko, 14 (3,2%) memiliki IMT ≥ 23 kg/m^2 di mana masuk kedalam kategori *overweight*, 206 mahasiswa (46,9%) memiliki IMT ≥ 18,5 – 22,9 kg/m^2 di mana masuk kedalam kategori normal dan yang terakhir sebanyak 53 mahasiswa (14,4%) memiliki IMT sebesar < 18,5 kg/m^2 di mana masuk ke dalam kategori *underweight*. Menurut sebuah penelitian meta-analisis yang dilakukan *Ting-Ting Zhang* et al. menyebutkan bahwa kelebihan berat badan dan obesitas berhubungan dengan resiko terkenanya *low back pain* pada pria maupun wanita.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 419 orang (95,4%) memiliki kebiasaan lama duduk saat perkuliahan yaitu lebih dari empat jam (>4 jam). Menurut penelitian oleh Samara, dkk menyatakan bahwa duduk selama > 4 jam mempunyai risiko 2,35 kali lebih besar untuk terjadinya LBP.[14]

Aktivitas fisik merupakan salah satu upaya yang penting untuk menjaga dan meningkatkan kesehatan atau kebugaran jasmani. Salah satu bentuk dari aktivitas fisik yaitu olahraga. Seseorang dengan gaya hidup kebiasaan aktivitas fisik yang rendah (*sedentary*) memiliki risiko mengalami *low back pain.*[17] Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa Untar yaitu sebanyak 239 orang (54,4%) tidak memiliki kebiasaan berolaharaga dan frekuensi olahraga dalam seminggu sebagian besar mahasiswa sama sekali tidak pernah melakukan aktivitas fisik olahraga.

Berdasarkan penelitian, dari keseluruhan responden yaitu 439 mahasiswa, diketahui sebanyak 313 orang (71,3%) menjawab "Ya" atau mahasiswa tersebut masuk ke dalam kategori orang yang mengalami gejala *low back pain*. Sedangkan sisanya sebanyak 126 orang (28,7%) masuk kedalam kategori orang yang tidak mengalami gejala *low back pain*.

Rata-rata mahasiswa yaitu sebanyak 397 orang (90,4%) terpaksa harus mengganti posisi duduk dikarenakan rasa tidak nyaman/nyeri pada punggung bawah, dan dalam kurun waktu 12 bulan terakhir mahasiswa mengalami rasa tidak nyaman/nyeri selama 1-7 hari yaitu sebanyak 369 orang (84,1%). Sementara itu, untuk mengurangi

aktivitas akibat gejala *low back pain* yang dirasakan sebagian besar mahasiswa lebih memilih untuk tidak mengurangi aktivitas kerja maupun aktivitas kesenggangan. Untuk lama gejala yang dirasakan sebagian besar hanya berlangsung selama kurang dari 7 hari yang menghalangi para mahasiswa dalam mengerjakan pekerjaan sehari-hari.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dalam 7 hari terakhir, sebanyak 284 orang (64,7%) masih merasakan rasa tidak nyaman/nyeri pada punggung bawah, akan tetapi sebanyak 423 orang (96,4%) mahasiswa lebih memilih untuk tidak mengkonsultasikan diri kedokter, fisioterapis, krioprakter ataupun orang dalam bidang yang berkaitan.

Penelitian oleh Wulandari menyebutkan bahwa semakin sering mahasiswa mengubah posisi saat duduk maka tingkatan nyeri yang dirasakan akan semakin ringan. Hal tersebut dikarenakan perubahan posisi dapat merelaksasikan otot-otot punggung yang mengalami tekanan akibat duduk berjam-jam dalam jangka waktu yang cukup lama.[18] Penelitian yang dilakukan oleh Wulandari juga memberikan alasan mahasiswa lebih memilih untuk tidak mengurangi aktivitas kerja maupun kesenjangan dan memilih untuk tidak mengkonsultasikan diri ke dokter maupun fisioterapi salah satunya karena sudah terbiasa akan rasa nyeri yang dirasakan dan jika dilihat dari jawaban mahasiswa bahwa gejala yang dirasakan tidak mengganggu dan hanya berlangsung 0-7 hari dalam kurun waktu 12 bulan terakhir. Hal itu dipengaruhi oleh persepsi nyeri dari masing-masing orang, semakin sering terkena gejala nyeri pada punggung maka akan mulai terbiasa. Apabila suatu saat gejala tersebut muncul dengan nyeri yang lebih ringan dari yang biasa dirasakan, maka hal itu tidak lagi menjadi keluhan.

Berdasarkan hasil uji analisis bivariat *Chi-Square* didapatkan hasil nilai *p-value* sebesar 0,708 dan nilai OR sebesar 0,821. Nilai *p-value* >0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara durasi duduk dengan gejala *low back pain* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara. Kemudian nilai OR 0,821 dapat diartikan bahwa Mahasiswa Fakultas Kedokteran yang memiliki durasi duduk >4 jam selama perkuliahan lebih beresiko 0,821 kali lipat dari pada mahasiswa yang memiliki durasi duduk ≤4 Jam.

Hasil ini sejalan dengan penelitian oleh Wahyuni, di mana didapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan atau bermakna antara durasi duduk mahasiswa selama kuliah *online* dengan kejadian *low back pain*. Mahasiswa yang menjalankan kuliah selama *online* lebih memilih melakukan aktivitas kuliah menggunakan meja dan sandaran sehingga lebih banyak juga mahasiswa duduk dalam posisi bersandar. Selain itu, selama proses perkuliahan *online* mahasiswa memiliki kegiatan lain berupa aktivitas fisik dan latihan fisik.[19]

Hasil ini berbeda dengan penelitian Idyan yang meneliti kejadian *low back pain* kepada 35 mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan yang menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara durasi lama duduk terhadap kejadian *low back pain*.[20] Penelitian lainnya yaitu oleh Dhea di mana terdapat hubungan yang signifikan antara durasi duduk dengan kejadian *low back pain* pada mahasiswa Angkatan tahun 2017 Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.[21] Kedua penelitian tersebut menyimpulkan bahwa salah satu faktor terjadinya gejala *low back pain* atau penyebab nyeri punggung bawah yang paling sering yaitu duduk terlalu lama, sikap duduk yang salah, dan kurangnya aktivitas fisik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat 419 mahasiswa (95,4%) memiliki durasi duduk selama perkuliahan lebih dari 4 jam (>4 jam) dan 20 mahasiswa (4,6%) memiliki durasi duduk selama perkuliahan kurang dari atau 4 jam (≤ 4 jam). Hasil uji analisis bivariat *Chi-Square* menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara durasi duduk dengan gejala *low back pain* pada responden (*p-value* 0,708 >0,05) dan responden yang memiliki durasi duduk >4 jam selama perkuliahan lebih beresiko 0,821 kali lipat (OR=0,821) dari pada mahasiswa yang memiliki durasi duduk ≤4 Jam.

Beberapa saran yang perlu diperhatikan dan ditindak lanjuti berdasarkan penelitian yang telah dilakukan yaitu sebaiknya pada jam perkuliahan, dosen berkenan untuk memberikan waktu beberapa menit bagi mahasiswa untuk meregangkan atau melemaskan ketegangan pinggang atau punggung belakang seperti berdiri di tempat. Mahasiswa juga disarankan untuk memperhatikan durasi duduk dan sikap duduk dan

melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga agar mengurangi gejala *low back pain*. Pada penelitian selanjutnya, diharapkan dapat meneliti terkait faktor lainnya yang berhubungan dengan gejala *low back pain* atau dapat menambah jumlah responden maupun lokasi penelitian terkait durasi duduk.

DAFTAR PUSTAKA

1. Montacini RL. Neurological Disorders Public Health Challenges [Internet]. 2005.
2. Violante FS, Mattioli S, Bonfiglioli R. Low-back pain [Internet]. 1st ed. Vol. 131, Handbook of Clinical Neurology. Elsevier B.V.; 2015. 397–410 p.
3. Moroder P, Runer A, Resch H, Tauber M. *Low Back Pain* among medical students. Acta Orthop Belg. 2011;77(1):88–92.
4. Cahya IPI, Gde AA, Asmara Y. Prevalensi Nyeri Punggung Bawah Pada Tahun 2014- 2015 Di RSUP Sanglah Denpasar. J Med Udayana [Internet]. 2020;9(6):35–9.
5. Andersson G, Youssef J, Slosar P, Phillips F. Lumbar Spine Fusion for Chronic Low Back due to Degenerative Disc Disease: A Systestematic Review. Spine (Phila Pa 1976). 2013;38(7): E409-22.
6. Rubin D. Epidemiology and risk factor for spine pain. Neurol Clin. 2007;25(2):353–71.
7. Ndrew C, Herring S. *Low Back Pain* Handbook 2nd Edition. 2002.
8. Samara D, Basuki B, Jannis J. Duduk Statis Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Perempuan. 2005;24(2):73–9.
9. I Gede Purnawinadi, Andrew Rumegang. Evaluasi Sikap Kerja Sebagai Risiko Nyeri Punggung Bawah. Jurnal Skolastik Keperawatan. Juni 2019; 5(1): 49.
10. Dra. Laelatul Hasanah, M. Si Ir. Rumonang Gultom M. Subehi, SP. Statistik ketenagakerjaan sektor pertanian agustus 2020. Jakarta: Pusat Data dan Sistem Informasi Pertanian Sekretariat Jenderal - Kementerian Pertanian, 2020. 17 p.
11. Novitasari DD, Sadeli HA, Soenggono A, Sofiatin Y, Sukandar H, Roesli RM. Prevalence and characteristics of *Low Back Pain* among productive age population in Jatinangor. Althea Medical Journal. 2016 Sep 30;3(3):469-76.
12. Andini F. Risk factors of *Low Back Pain* in workers. Jurnal Majority [Internet]. 2015 Jan 1 [cited 2022 May 16];4(1).
13. Hoy D, Brooks P, Blyth F, Buchbinder R. The epidemiology of *Low Back Pain*. Best Pract Res Clin Rheumatol 2010;24: 769-81.
14. Samara D. Lama dan Sikap Duduk Sebagai Faktor Resiko Terjadinya Nyeri Pinggang Bawah. J Kedokteran. Trisakti. 2004; 23(2).
15. Hasyim R. Hubungan Usia, Masa Kerja, Merokok dan IMT dengan Kejadian *Low Back Pain* Pada Penjahit Konveksi. Fakultas Kedokteran. Universitas Muhammadiyah. [Internet]. [dikutip 15 Mei 2022].
16. Sukartini T, Ni'mah L, Wahyuningtyas R. Gambaran Kejadian *Low Back Pain* pada Pengendara Motor Ojek *Online* di Surabaya. Crit Med Surg Nurs J. 2019;8(2):85–95.
17. Nurazizah dkk. Hubungan kebiasaan olahraga dengan *Low Back Pain disability* | Prosiding Pendidikan Dokter [Internet] [dikutip 16 Mei 2022].
18. Wulandari. Hubungan lama dan sikap duduk perkuliahan terhadap keluhan nyeri

punggung bawah miogenik pada mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surakarta|Jurnal Pena Vol. 19 No. 1 September 2019 [Internet]

19. Wahyuni & Pratiwi. Hubungan Antara Duduk Lama dengan Kejadian *Low Back Pain* pada Mahasiswa Selama Kuliah *Online* | Jurnal The 13th University Research Colloqium 2021 [Internet] [dikutip 16 Mei 2022].
20. Idyan. Hubungan Lama Duduk Terhadap Kejadian Nyeri Pinggang *Low Back Pain* Pada Mahasiswa Ekstensi [Internet] [dikutip 16 Mei 2022].
21. Dhea O. Hubungan Durasi Duduk dengan Kejadian *Low Back Pain* Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2017 [Internet] [dikutip 16 Mei 2022].