

HUBUNGAN POSISI DAN LAMA DUDUK TERHADAP KELUHAN *LOW BACK PAIN* (LBP) PADA KARYAWAN BALI MANAGEMENT COMPANY (BMC) SEMINYAK, KUTA, BALI

Gek Made Cempaka Priyanka Pande¹, Rivan Virlando Suryadinata², I Gusti
Ngurah Dodo Muliawan Ranuh³

ABSTRAK

Latar belakang: *Low Back Pain* adalah salah satu gangguan muskuloskeletal akibat kerja yang umumnya terjadi pada populasi usia kerja. Beberapa pemicu utamanya adalah faktor risiko ergonomis yakni posisi duduk yang buruk dengan durasi waktu yang lama saat bekerja. Kondisi ini mengakibatkan kontraksi otot berlebih dan memberikan beban statis tubuh secara berulang, sehingga memicu timbulnya keluhan LBP.

Tujuan: Mengetahui hubungan dari posisi dan lama duduk terhadap keluhan *Low Back Pain* (LBP) pada karyawan Bali Management Company (BMC) Seminyak, Kuta, Bali.

Metodologi: Penelitian ini merupakan observasional analitik menggunakan metode *cross-sectional* kepada 75 responden karyawan kantor, melalui teknik total sampling. Pengumpulan data dengan instrument REBA, kuesioner NBM dan ODI, sedangkan pengolahan data menggunakan korelasi *Spearman Rank* untuk melihat hubungan posisi dan lama duduk (variabel bebas) terhadap keluhan LBP (variabel terikat).

Hasil: Hasil uji hubungan pada parameter pertama dengan $p\text{ value}=0,000 (<0,05)$, mengartikan bahwa terdapat hubungan antara posisi duduk terhadap keluhan LBP pada karyawan kantor dengan $r=0,830$ (tingkat hubungan sangat kuat), hasil parameter kedua menunjukkan $p\text{ value}=0,000 (<0,05)$ mengartikan bahwa terdapat hubungan antara lama duduk terhadap keluhan LBP pada karyawan kantor dengan $r=0,674$ (tingkat hubungan kuat).

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara posisi dan lama duduk terhadap keluhan *Low Back Pain* (LBP) pada karyawan Bali *Management Company* (BMC) Seminyak, Kuta, Bali.

Kata kunci: lama duduk; *low back pain*; posisi duduk



**THE CORRELATION BETWEEN WORK POSTURE AND SITTING
DURATION WITH LOW BACK PAIN COMPLAINT AMONG OFFICE
WORKERS AT BALI MANAGEMENT COMPANY (BMC) SEMINYAK,
KUTA, BALI**

Gek Made Cempaka Priyanka Pande¹, Rivan Virlando Suryadinata², I Gusti
Ngurah Dodo Muliawan Ranuh³

ABSTRACT

Background: Low Back Pain is one of musculoskeletal disorder that often occurs in a working-age population. The main factors that cause LBP is a poor ergonomic in worker, an inappropriate sitting posture for prolonged periods of time. This condition can cause an excessive muscle contraction and repeated body static loads, leads to LBP complaints.

Objective: To determine the correlation between work posture and sitting duration with LBP complaint among office workers at BMC Seminyak, Kuta, Bali.

Method: This analytical cross-sectional observational were conducted among 75 office workers, using a total sampling technique. All data were measured by REBA, NBM and ODI quistionairre, evaluated by the Spearman Rank test, in order to see the correlation between work posture and sitting duration with LBP complaint.

Results: The correlation test's result on the first parameter with p value= 0.000 (<0.05), means that there is a correlation between work posture and LBP complaints, $r=0.830$ (very strong level of relationship), and for the second parameter's p value=0.000 (<0.05), means that there is a correlation between sitting duration and LBP complaints, $r=0,674$ (strong relationship).

Conclusions: Significant correlations exist between work posture and sitting duration with LBP complaint among office workers at BMC Seminyak, Kuta, Bali.

Keywords: low back pain; sitting duration; work posture