

**HUBUNGAN ANTARA DURASI DUDUK LAMA TERHADAP KELUHAN
NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA KARYAWAN ADMINISTRASI
RSUD SUMBERGLAGAH**

SKRIPSI



**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi**

OLEH

WARIH PRASETYOWATI

202410490720097

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2025



**HUBUNGAN ANTARA DURASI DUDUK LAMA TERHADAP KELUHAN
NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA KARYAWAN ADMINISTRASI
RSUD SUMBERGLAGAH**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi**

OLEH

WARIH PRASETYOWATI

202410490720097

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2025

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN ANTARA DURASI DUDUK LAMA TERHADAP KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA KARYAWAN ADMINISTRASI RSUD SUMBERGLAGAH

SKRIPSI

Disusun Oleh:

WARIH PRASETYOWATI

202410490720097

Skripsi ini telah disetujui oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II


Ali Multazam, S.Ft., Physio., M.Sc
NIDN. 0714049101


Sri Sunaringsih Ika Wardojo, S.KM, MPH., PhD.
NIDN. 0725098602

Mengetahui,
Ketua Program Studi Fisioterapi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang




Ditas Sondang Irawan, SST.Ft., M.Fis
NIP. UMM. 11414100567

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN ANTARA DURASI DUDUK LAMA TERHADAP KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA KARYAWAN ADMINISTRASI RSUD SUMBERGLAGAH

SKRIPSI

Disusun Oleh:

WARIH PRASETYOWATI

202410490720097

Skripsi ini telah disahkan oleh:

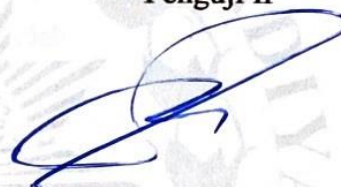
Penguji I



Nurul Aini Rahmawati, S.Ft., Ftr., M.Biomed

NIDN. 0721089501

Penguji II



Safun Rahmanto, SST.Ft., M.Fis

NIDN. 0710078403

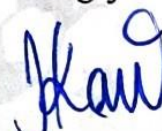
Penguji III



Ali Multazam, S.Ft., Physio., M.Sc

NIDN. 0714049101

Penguji IV



Sri Sunaringsih Ika W., S.KM, MPH., PhD.

NIDN. 0725098602

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Malang



Prof. Dr. Yoyok Bekti Prasetyo, M.Kep., Sp.Kom

NIP. UMM. 11203090405

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Warih Prasetyowati
NIM : 202410490720097
Fakultas/Jurusan : Fakultas Ilmu Kesehatan/Fisioterapi
Judul : Hubungan Antara Durasi Duduk Lama Terhadap
Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Karyawan
Administrasi RSUD Sumberglagah

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa, karya tulis tugas akhir ini benar-benar hasil karya sendiri.

Karya tulis tugas akhir ini bukan merupakan plagiarisme, pencurian hasil karya milik orang lain untuk kepentingan saya, karena hubungan material maupun non material, segala bentuk kutipan kami lakukan dengan cara yang sesuai dengan etika keilmuan yang berlaku.

Bila dikemudian hari ditemukan adanya unsur plagiarisme dan ada ketidaksesuaian isi dari karya tersebut, saya bersedia menerima sanksi dari tim Etik dan Institusi.

Pernyataan ini saya buat dengan kesadaran sendiri dan tidak ada tekanan atau paksaan dari pihak manapun.

Malang, Juli 2025

Yang Menyatakan



Warih Prasetyowati

(202410490720097)

HUBUNGAN ANTARA DURASI DUDUK LAMA TERHADAP KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA KARYAWAN ADMINISTRASI RSUD SUMBERGLAGAH

Warih Prasetyowati

Jurusan Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang

Korespondensi: warihprasetyowati@gmail.com

ABSTRAK

Belakang: Nyeri punggung bawah (NPB) merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang sering dialami oleh pekerja administrasi akibat durasi duduk yang lama. Tekanan berlebih pada struktur tulang belakang saat duduk statis dalam waktu lama dapat memicu gangguan otot, spasme, hingga inflamasi jaringan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara durasi duduk lama terhadap keluhan nyeri punggung bawah pada karyawan administrasi RSUD Sumberglagah.

Metode: Metode penelitian menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional, melibatkan 75 karyawan administrasi sebagai responden. Pengumpulan data dilakukan melalui *Work Sitting Questionnaire* (WSQ) untuk mengukur durasi duduk harian dan *Oswestry Disability Index* (ODI) untuk menilai tingkat disabilitas akibat keluhan nyeri punggung bawah.

Hasil: Hasil uji Pearson menunjukkan adanya hubungan signifikan antara durasi duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah ($r = 0,686$; $p = 0,001$). Semakin lama durasi duduk, keluhan nyeri punggung bawah cenderung meningkat.

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang bermakna antara durasi duduk lama dengan keluhan nyeri punggung bawah pada karyawan administrasi RSUD Sumberglagah, sehingga diperlukan intervensi ergonomis dan promosi kesehatan kerja untuk menurunkan risiko NPB.

Kata kunci: Nyeri Punggung Bawah, Durasi Duduk, Karyawan Administrasi, ODI, WSQ

THE RELATIONSHIP BETWEEN LONG SITTING DURATION AND LOWER BACK PAIN COMPLAINTS AMONG ADMINISTRATIVE EMPLOYEES AT RSUD SUMBERGLAGAH

Warih Prasetyowati

Physiotherapy, Faculty of Health Sciences
Muhammadiyah University of Malang

Correspondence: warihprasetyowati@gmail.com

ABSTRACT

Background: Low back pain (LBP) is one of the musculoskeletal disorders commonly experienced by administrative workers due to prolonged sitting. Excessive pressure on the spinal structure during prolonged static sitting can trigger muscle disorders, spasms, and tissue inflammation.

Objective: This study aims to investigate the relationship between prolonged sitting duration and lower back pain complaints among administrative staff at Sumberglagah General Hospital.

Methods: The study employed an analytical observational design with a cross-sectional approach, involving 75 administrative staff as participants. Data collection was conducted using the Work Sitting Questionnaire (WSQ) to measure daily sitting duration and the Oswestry Disability Index (ODI) to assess disability levels due to lower back pain complaints.

Results: Pearson's correlation test revealed a significant association between sitting duration and lower back pain complaints ($r = 0.686$; $p = 0.001$). The longer the sitting duration, the higher the tendency for lower back pain complaints to increase.

Conclusion: There is a meaningful association between prolonged sitting duration and lower back pain complaints among administrative staff at Sumberglagah General Hospital, necessitating ergonomic interventions and workplace health promotion to reduce the risk of lower back pain.

Keywords: Lower Back Pain, Sitting Duration, Administrative Staff, ODI, WSQ

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Tuhan atas segala rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Durasi Duduk Lama Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Karyawan Administrasi RSUD Sumberglagah”.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam menyelesaikan penelitian ini banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Nazaruddin Malik, SE., M. Si, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Malang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mendapatkan ilmu pengetahuan di Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Bapak Dr. Yoyok Bakti Prasetyo, M. Kep., Sp. Kom, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang beserta staf pendidik dan administrasi yang telah memberikan kesempatan dan bantuan penulis dalam proses perkuliahan selama ini.
3. Bapak Dimas Sondang Irawan, SST.Ft, M.Fis., Ph.D selaku Kepala Program Studi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Malang yang telah banyak membantu dalam menjalani pendidikan di Program Studi Fisioterapi.
4. Bapak Ali Multazam, S.Ft., Physio., M.Sc dan Ibu Sri Sunaringsih Ika Wardojo, S.KM, MPH., PhD selaku dosen pembimbing 1 dan 2 yang telah berkenan meluangkan waktu dan tenaga untuk memberikan dukungan dan bimbingan selama penyusunan, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Ibu Nurul Aini Rahmawati, S.Ft., Ftr., M.Biomed dan Bapak Safun Rahmanto, SST.Ft., M.Fis selaku dosen penguji yang telah berkenan meluangkan waktu.
6. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang yang telah memberikan

ilmu serta pengalaman selama penulis menempuh pendidikan sebagai mahasiswi fisioterapi.

7. Seluruh Staf Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang yang telah membantu penulis dalam menempuh pendidikan sebagai mahasiswa fisioterapi.
8. RSUD Sumberglagah yang telah mendukung penulis untuk memberikan ijin belajar.
9. Ibu Ninis selaku PLT Direktur RSUD Sumberglagah dan seluruh staf yang senantiasa mendukung penulis.
10. Para karyawan administrasi yang telah bersedia dan menyempatkan waktu selama penelitian dilaksanakan.
11. Suami tercinta Edwin Barus yang selalu mendoakan, mendukung dan mensupport penulis.
12. Kedua orang tua dan kedua mertua yang senantiasa selalu mendukung dan mendoakan penulis.
13. Teman-teman seperjuangan RPL Fisioterapi UMM 2024 yang telah berjuang bersama dari awal perkuliahan hingga saat ini.
14. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu-persatu, atas doa dan banyaknya bantuan untuk penulis dalam menyusun skripsi ini.
15. Diri saya sendiri yang telah berjuang hingga saat ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan masih ada kekurangan baik dari segi susunan kalimat maupun tata bahasa. Oleh karena itu, penulis siap atas kritikan dan saran terkait penulisan skripsi ini.

Mojokerto, 2025

Penulis,

Warih Prasetyowati

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	viii
ABSTRACT	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian.....	3
1. Tujuan umum	3
2. Tujuan khusus	3
D. Manfaat Penelitian	3
1. Bagi Peneliti	3
2. Bagi Fisioterapi	4
3. Bagi Instansi Terkait.....	4
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Anatomi	8
1. Sistem Tulang.....	8
2. Sistem Otot.....	11
3. Sistem Persendian.....	13
B. Nyeri Punggung Bawah (NPB).....	17
1. Pengertian Nyeri Punggung Bawah.....	17
2. Klasifikasi Nyeri Punggung Bawah	18
3. Nyeri Punggung Bawah Miogenik	21

4. Patofisiologi Nyeri Punggung Bawah	23
5. Etiologi Nyeri Punggung Bawah.....	25
6. Alat Ukur	33
7. Metode Penanganan Fisioterapi untuk Nyeri Punggung Bawah.....	36
BAB III KERANGKA KONSEP PENELITIAN	38
A. Kerangka Konsep.....	38
B. Hipotesis	39
BAB IV METODE PENELITIAN	40
A. Definisi Operasional.....	40
B. Desain Penelitian.....	41
C. Populasi, Sampel dan Sampling.....	41
D. Tempat Penelitian	43
E. Waktu Penelitian	43
F. Etika Penelitian.....	43
G. Alat Pengumpulan Data.....	44
H. Prosedur Pengumpulan Data.....	45
I. Rencana Analisa Data.....	45
BAB V HASIL PENELITIAN	47
A. Hasil Analisis Univariat	47
1. Karakteristik Responden Berdasarkan Instalasi	47
2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	48
3. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	48
4. Karakteristik Responden Berdasarkan Status	49
5. Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Hari Kerja	49
6. Karakteristik Responden Berdasarkan Rutinitas Olahraga.....	50
7. Karakteristik Responden Berdasarkan Cidera Punggung.....	50
8. Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Bekerja	51
B. Hasil Analisis Bivariat.....	51
BAB VI PEMBAHASAN	53
A. Karakteristik Responden	53
1. Karakteristik Responden Berdasarkan Instalasi	53
2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	53

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin.....	54
4. Karakteristik Responden Berdasarkan Status	55
5. Karakteristik Responden Berdasarkan Jumlah Hari Kerja	56
6. Karakteristik Responden Berdasarkan Rutinitas Olahraga.....	56
7. Karakteristik Responden Berdasarkan Cidera Punggung	58
8. Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Bekerja	59
B. Hubungan Antara Durasi Duduk Lama Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Karyawan Administrasi Di RSUD Sumberglagah.....	59
C. Keterbatasan Penelitian	62
D. Implikasi Fisioterapi	66
1. Implikasi Untuk Mahasiswa.....	66
2. Implikasi Untuk Fisioterapi.....	66
BAB VII PENUTUP	68
A. Kesimpulan	68
B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	77
Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan / Penelitian	77
Lampiran 2 Formulir/Kusioner penelitia	78
Lampiran 3 Hasil Jawaban Responden	84
Lampiran 4 Data Penelitian	96
Lampiran 5 Hasil SPSS.....	106
Lampiran 6 Dokumentasi.....	109
Lampiran 7 Daftar Riwayat Hidup	111

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 5. 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Instalasi.....	47
Tabel 5. 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	48
Tabel 5. 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	49
Tabel 5. 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Status	49
Tabel 5. 5 Karakteristik Responden Berdasarkan Hari Kerja	49
Tabel 5. 6 Karakteristik Responden Berdasarkan Rutinitas Olahraga.....	50
Tabel 5. 7 Karakteristik Responden Berdasarkan Rutinitas Olahraga.....	50
Tabel 5. 8 Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Bekerja	51
Tabel 5. 9 Hasil Uji Pearson Corellations.....	51



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. 1 Tulang Vertebra (Hasmar, 2023).....	8
Gambar 1. 2 Anatomi Otot (Hasmar, 2023).....	11
Gambar 1. 3 Struktur dan orientasi sendi apophyseal vertebra lumbal (Wahyuni, 2020).....	15
Gambar 3. 1 Kerangka Konsep.....	38



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan / Penelitian.....	77
Lampiran 2 Formulir/Kusioner penelitia.....	78
Lampiran 3 Hasil Jawaban Responden.....	84
Lampiran 4 Data Penelitian.....	96
Lampiran 5 Hasil SPSS	106
Lampiran 6 Dokumentasi.....	109
Lampiran 7 Daftar Riwayat Hidup.....	111



DAFTAR PUSTAKA

- Abdurachman, N., Dion Krismashogi Dharmawan, N., Irmawan Farinda, N., & Etha Rambung, N. (2016). *Indahnya seirama kinesiologi dalam anatomi*. Inteligencia Media.
- Agustin, A., Puji, L. K. R., & Andriati, R. (2023). Hubungan Durasi Kerja, Masa Kerja Dan Postur Kerja Terhadap Keluhan Low Back Pain Pada Bagian Staff Di Kantor X, Jakarta Selatan. *Journal of Health Research Science*, 3(1), 13–22. <https://doi.org/10.34305/jhrs.v2i02.506>
- Aini, A., Utari, D., Fithri, N. K., & Hardy, F. R. (2021). Hubungan Kebisingan dan Beban Kerja Mental dengan Stres Kerja di PT. Duraquipt Cemerlang. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 4(1), 37–48.
- Al Qadri, M. A., & Pontoh, L. M. (2024). Gambaran Faktor Risiko Pasien Nyeri Punggung Bawah di RSUD Dr. H. Chasan Boesoirie Ternate. *Cerdika: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 4(10).
- Amin, N. A., Muchsin, A. H., Khalid, N. F., & Sam, A. D. P. (2023). Hubungan Lama dan Posisi Duduk dengan Kejadian Low Back Pain (LBP) pada Mahasiswa di Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia Angkatan 2019. *Fakumi Medical Journal: Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 3(4), 269–277.
- Ammarwati, Q. (2022). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders (Msd) Pengguna Komputer Pada Pegawai Kantor Dinas Ketahanan Pangan Kota Tangerang Tahun 2022*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta-FIKES.
- Andini, F. (2015). Risk factors of low back pain in workers. *J Majority*, 4(1), 12–19.
- Arini, L. D. D., Widyaningrum, L., Wulandari, R. M., & Rumah, P. P. (2020). *Buku Ajar Sistem Muskuloskeletal*. Penerbit Pustaka Rumah C1nta.
- Azfaruddin, M. F. (2024). *Pengungkapan kebenaran jawaban partisipan pada Self-Report*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Creze, M., Soubeyrand, M., Nyangoh Timoh, K., & Gagey, O. (2018). Organization of the fascia and aponeurosis in the lumbar paraspinal compartment. *Surgical*

and Radiologic Anatomy, 40, 1231–1242.

- Danquah, I. H., & Tolstrup, J. S. (2020). Validation of Marshall-D to Monitor Domain-specific Sitting Time among Danish Adults. *Journal of Physical Activity Research*, 5(1), 9–13. <https://doi.org/10.12691/jpar-5-1-3>
- Dewita, A. K. (2023). *Pengaruh Back Exercise Terhadap Keluhan Low Back Pain (LBP) pada Pekerja Area Sorting di TPA Talang Gulo Kota Jambi*. Universitas Jambi.
- Ekarini, N. L. P., Susman, Y. P., Suratun, S., Yarden, N., Manurung, S., & Wartonah, W. (2023). Posisi Duduk dan Lama Duduk di Depan Komputer sebagai Faktor Risiko Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Karyawan Kantoran. *JKEP*, 8(2), 178–194.
- El-Boghdadly, K., Elsharkawy, H., Short, A., & Chin, K. J. (2016). Quadratus lumborum block nomenclature and anatomical considerations. *Regional Anesthesia and Pain Medicine*, 41(4), 548–549.
- Erry, S. (2016). Kejadian Nyeri Punggung Bagian Bawah (Low Back Pain) Pada Pekerja Di Stasiun Pengisian Dan Pengangkutan Bulk Elpigi (Sppbe) Bogor Tahun 2016. *Artikel Ilmu Kesehatan*, 8(1), 79–85.
- Fadli Muhammad, I., Santoso, T. B., & Fis, S. (2020). *Hubungan Antara Keluhan Nyeri Musculoskeletal Akibat Kerja dengan Ketidakseimbangan Otot pada para Pekerja*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Fan, L. J., Liu, S., Jin, T., Gan, J. G., Wang, F. Y., Wang, H. T., & Lin, T. (2022). Ergonomic risk factors and work-related musculoskeletal disorders in clinical physiotherapy. *Frontiers in Public Health*, 10, 1083609.
- Fathony, M. E. (2023). *Hubungan posisi dan lama duduk dengan disabilitas akibat low back pain pada Program Studi Pendidikan Dokter UIN Maulana Malik Ibrahim Malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim.
- Febriani, E. S., Arobiah, D., Apriyani, A., Ramdhani, E., & Millah, A. S. (2023). Analisis data dalam penelitian tindakan kelas. *Jurnal Kreativitas Mahasiswa*, 1(2), 140–153.
- Fernández-Rodríguez, R., Álvarez-Bueno, C., Cavero-Redondo, I., Torres-Costoso, A., Pozuelo-Carrascosa, D. P., Reina-Gutiérrez, S., Pascual-Morena, C., & Martínez-Vizcaíno, V. (2022). Best exercise options for reducing pain and

- disability in adults with chronic low back pain: Pilates, strength, core-based, and mind-body. A network meta-analysis. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*, 52(8), 505–521.
- Ferreira, M. L., De Luca, K., Haile, L. M., Steinmetz, J. D., Culbreth, G. T., Cross, M., Kopec, J. A., Ferreira, P. H., Blyth, F. M., & Buchbinder, R. (2023). Global, regional, and national burden of low back pain, 1990–2020, its attributable risk factors, and projections to 2050: a systematic analysis of the Global Burden of Disease Study 2021. *The Lancet Rheumatology*, 5(6), e316–e329.
- Ferusgel, A., Anjanny, A., & Siregar, D. M. S. (2019). Keluhan muskuloskeletal disorders (MSDs) pada pekerja pengguna komputer di badan pusat statistik provinsi sumatera utara. *Jurnal Kesehatan Global*, 2(1), 47.
- Firmansyah, F., Beta, A., Dewi, C., Nabila, S., & Rachmawati, S. (2023). *SAKIT PUNGGUNG BAWAH PADA TENAGA KERJA ADMINISTRASI RELEVANCE OF SITTING WORK BEHAVIOR TO COMPLAINTS OF LOW BACK PAIN IN ADMINISTRATIVE WORKERS produksi minuman kesehatan berupa produk madu , berlokasi di Wonogiri jalan Raden Mas*. 8(1), 89–97.
- Fitrasari, A. (n.d.). *Hubungan kadar kalsium serum dengan densitas massa tulang calcaneal pada lansia di Klinik Pelayanan Kesehatan Masyarakat Reni Jaya UIN Syarif Hidayatullah Jakarta Tahun 2017*. UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, 2017.
- Gerhana, I., Swandari, A., Murwani, A., Darajatun, S., & Afifah, N. (2020). *Program Telemedicine Dengan Pengaplikasian William Fleksi Exercise Terhadap Fungsional Lumbal Pasien Low Back Pain*.
- Hadyan, M. F. (2015). Faktor–Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Low Back Pain pada Pengemudi Transportasi Publik. *Jurnal Majority*, 4(7), 19–24.
- Hamdan, M., Prameswari, A. S., Novitasari, E. K., Hasan, N. A., Pering, R. M., Maisaroh, A., & Permana, G. I. (2023). *MENJAUHKAN NYERI PINGGANG DARI KEHIDUPAN-Sebuah Tinjauan dari Anatomi dan Klinis*. Airlangga University Press.
- Hasmar, W. (2023). *Buku Ajar Fisioterapi pada Nyeri Punggung Bawah Miogenik*. Penerbit NEM.

- Hendrawan, A., & Setiyawati, D. (2024). *Buku Ajar Fisiologi Latihan Fisioterapi*. UNAIC Press Cilacap.
- Kiswati, C. I., & Baruna, A. H. (2025). Edukasi Posisi Duduk Ergonomis untuk Mencegah Nyeri Punggung Bawah Pada Pegawai Keuangan dan Administrasi RSUD Dr. Soedono Madiun. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(1), 233–238.
- Kusmawati, W., & Anugraini, A. P. (2022). *Anatomi Manusia Bagi Mahasiswa Pendidikan Olahraga*. Media Nusa Creative (MNC Publishing).
- Kusumaningsih, D., Yukhabilla, A. F., Sulistyani, S., & Setiawan, I. (2022). Pengaruh usia, jenis kelamin, posisi kerja dan durasi duduk terhadap disabilitas akibat nyeri punggung bawah pada guru SMA saat work from home selama pandemi Covid-19. *Biomedika*, 14(1), 81–89.
- Latief, K. A. (2017). *Analisis Korelasi Product Moment (Pertemuan Ke-8-MK Statistik)*.
- Lepa, A. Y., Wijayanti, M. I. E., & Amigo, T. A. E. (2024). Hubungan Lama Duduk Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Mahasiswa STIKes Panti Rapih Yogyakarta. *I Care Jurnal Keperawatan STIKes Panti Rapih*, 5(1), 72–86.
- Maizura, F. (2015). *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah (NPB) pada Pekerja di PT. Bakrie Metal Industries tahun 2015*.
- Meliala, L. (2017). *BUKU AJAR NYERI*.
- Mulfianda, R., Desreza, N., & Maulidya, R. (2021). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Nyeri Punggung Bawah (NPB) pada Karyawan di Kantor PLN Wilayah Aceh Factors Associated with Lower Back Pain (NPB) in Employees at the PLN Office Aceh region*. 7(1), 253–262.
- Mustafa, P. S. (2023). Pertumbuhan dan Perkembangan Otot, Tendon, Ligamen, Tulang, Sendi, Axis dalam Gerak serta Upaya untuk Pengoptimalan Kualitas Gerak pada Peserta Didik: Sebuah Tinjauan. *Medika: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 3(2), 1–14.
- Nani, D. (2018). *Fisiologi Tubuh Manusia*. Penebar PLUS+.
- Neurologi, D. K. S. M., Kedokteran, F., Udayana, U., Sakit, R., Pusat, U., &

- Ngoerah, I. G. N. G. (2024). *ADMINISTRASI DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS UDAYANA*. 13(12), 6–13.
- Noli, F. J., Sumampouw, O. J., & Ratag, B. T. (2021). Usia, Masa Kerja Dan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Buruh Pabrik Tahu. *Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine*, 2(1), 15–20.
- Nooryana, S., Rahayu, U. B., & Pristiano, A. (2022). Edukasi Fisioterapi Dan Terapi Latihan Untuk Mengurangi Keluhan Nyeri Lutut Pada Wanita Menopause Di Desa Klewor Kecamatan Kemusu. *To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(3), 355–364.
- Nugrahaeni, A. (2020). *Pengantar anatomi fisiologi manusia*. Anak Hebat Indonesia.
- Nuriyani, D., & Wibowo, M. (2017). *Pengaruh Pemberian Core Stability Exercise Pada Low Back Pain Myogenic terhadap Peningkatan Aktivitas Fungsional Pada Petani Disembuh Kidul Sidomulyo*. Universitas' Aisyiyah Yogyakarta.
- Pradita, A., & Halimah, N. (2024). Perbandingan Konservatif Fisioterapi Dengan Core Stability Exercise Pada Kasus Nyeri Punggung Bawah. *Jurnal Fisioterapi Terapan Indonesia*, 3(2), 3.
- Pramita, I., Pangkahila, A., & Sugijanto, S. (2014). Core stability exercise lebih baik meningkatkan aktivitas fungsional daripada william's flexion exercise pada pasien nyeri punggung bawah miogenik. *Universitas Udayana: Denpasar*, 3(1), 35–49.
- Prasetyo, M., Rahardja, R. R., Yanuar, A., Prihartono, J., & Setiawan, S. I. (2021). Ultrasonography evaluation of the normal ulnar nerve in adult: Comparison of the cross-sectional area at elbow extension and flexion. *European Journal of Radiology Open*, 8, 100331.
- Pratiwi, D. A., Zuriati, Z., Nabil, H. Y., & Yadi, A. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Punggung Bawah Mahasiswi Ilmu Kesehatan. *Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(2), 188–194.
- Putra, R. T., Utomo, A. W., & Primiani, C. N. (2022). *Anatomi otot dan latihan beban dalam olahraga*. Unipma Press.
- Rahmawati, A. (2021). Risk factor of low back pain. *Jurnal Medika Utama*, 3(01 Oktober), 1601–1607.

- Ramadhani, K., & Widyaningrum, R. (2022). *Buku Ajar Dasar-Dasar Anatomi Dan Fisiologi Tubuh Manusia*. E-book. Yogyakarta: UAD Press.
- Ramdani, P., Nasaruddin, H., Putra, F. M., Syafei, I., & Mubarak, A. F. (2025). Faktor Resiko Penyebab Nyeri Punggung Bawah pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia (UMI) Angkatan 2021. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 25(1), 27–32.
- Riastiningsih, S. (2024). *NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA KARYAWAN BACK OFFICE RS MELANIA BOGOR*. 308–314.
- Rosadi, R., Wahyu, D., Prastowo, B., Rahayu, P. S., & Sunaringsih, S. (2022). *Analisis Resiko Low Back Pain Pada Pekerja PT . Pratama Citra Parama ReadyMix And Precast*. 4(Juni), 1–4.
- Sakinah Nasution, N. (2024). *HUBUNGAN LAMA DUDUK DAN USIA DENGAN FLEKSIBILITAS LUMBAL MENGGUNAKAN METODE MODIFIED SCHOBER TEST PADA PEGAWAI PT. BANK SYARIAH INDONESIA KOTA LHOKSEUMAWE*. Universitas Malikussaleh.
- Sari, D. C., & Zein, R. H. (2019). Edukasi Kasus Low Back Pain Myogenik Siswa dengan Modalitas Infrared dan William Flexion Exercise. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Multidisiplin*, 2(2), 82–94.
- Septiani, D., Fuadi, D. F., Shari, A., Lakoan, M. R., Adiana, S., Hayuningrum, C. F., Radhina, A., Komara, N. K., Syafitri, P. K., & Hasanah, K. (2022). *Patologi gerak dan sendi*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Setiawan, H., Aurelia, C., Prasetyo, T., Mandola, F., Mobry, S., & Hidayat, W. (2025). Analisis Kenyamanan Ergonomis Penggunaan Hydropad untuk Mengurangi Masalah Musculoskeletal pada Pengemudi Ojek Online. *Physical Sciences, Life Science and Engineering*, 2(3), 11.
- Sloan, F. A. (2024). Subjective beliefs, health, and health behaviors. *Journal of Risk and Uncertainty*, 69(2), 105–144.
- Sugiyono. (2017). *metode penelitian*.
- Suyasa, I. K. (2018). *Diagnosis dan Tata Laksana Penyakit Degenerasi Lumbal*. Udayana University Press.
- Swarjana, I. K. (2022). *Populasi-sampel, teknik sampling & bias dalam penelitian*. Penerbit Andi.

- Tansil, C. J., Dharmadi, M., & Ani, L. S. (2019). Kejadian Nyeri Pinggang Bawah Pada Pegawai Administratif Di Pt. Akr Corporindo Tbk Group. *E-Jurnal Medika Udayana*, 8(4).
- Untari, S., Susanti, M. M., Kodiyah, N., & Himawati, L. (2023). *Buku Ajar Anatomi dan Fisiologi*. Penerbit NEM.
- Wahyuni, O. D. (2020). Biomekanika Nyeri Punggung Bawah. *UNTAR Repository*.
- Widiyastuti, N. E. (2023). BAB 10 ETIKA PENELITIAN KESEHATAN. *Pengantar Metodologi Kesehatan*, 117.
- Winata, S. D. (2014). Diagnosis dan penatalaksanaan nyeri punggung bawah dari sudut pandang okupasi. *Jurnal Kedokteran Meditek*.
- Yueniwati, Y. (2014). *Prosedur Pemeriksaan Radiologi: Untuk Mendeteksi Kelainan dan Cedera Tulang Belakang*. Universitas Brawijaya Press.



FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FISIOTERAPI

fisioterapi.umm.ac.id | fisioterapi@umm.ac.id

HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang, pada karya ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : Warih Prasetyowati

NIM : 202410490720097

Program Studi : S1 Fisioterapi

Judul Naskah : Hubungan Antara Durasi Duduk Lama Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Karyawan Administrasi RSUD Sumberglagah

Jenis Naskah : Skripsi

Keperluan : Mengikuti ujian seminar hasil skripsi

Hasilnya dinyatakan : memenuhi syarat

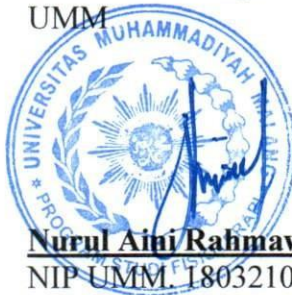
No	Jenis Naskah	Maksimum Kesamaan	Hasil Deteksi
1	Bab 1 (Pendahuluan)	10 %	5%
2	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25%	2%
3	Bab 3 & 4 (Kerangka konsep & metodologi)	35%	12%
4	Bab 5 & 6 (Hasil & Pembahasan)	5%	0%
5	Bab 7 (Kesimpulan & Saran)	5%	5%
6	Artikel Ilmiah	25%	%

Keputusannya : Dapat melaksanakan seminar hasil skripsi

Malang, 4 Juli 2025

Tim Deteksi Plagiasi Prodi Fisioterapi FIKES

UMM



Nurul Aini Rahmawati, S.Ft., Ftr., M.Biomed

NIP UMM. 180321081995

Kampus I

Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 253 (Hunting)
F: +62 341 460 435

Kampus II

Jl. Bendungan Sutami No.188 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 149 (Hunting)
F: +62 341 582 060

Kampus III

Jl. Raya Tlogomas No.246 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 464 318 (Hunting)
F: +62 341 460 435
E: webmaster@umm.ac.id

UMM
est. 1964

UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG

