Abstract

For craftspeople, prolonged sitting can lead to Lower Back Pain (LBP), which is frequently the primary source of both activity limits and health issues. Ergonomically incorrect sitting positions can cause problems for the musculoskeletal system and raise the incidence of Low Back Pain (LBP). The purpose of this study is to ascertain the connection between lower back discomfort among karawo craftspeople and ergonomic sitting positions. The research method uses a quantitative approach with an analytical observation design. The sampling technique used was total sampling with 30 karawo craftsman respondents. An observation sheet for sitting posture and a low back pain questionnaire made up the research tool. According to the study's findings, 13 participants (43.3%) had the most ergonomic sitting positions, whereas 17 participants (56.7%) had the incorrect category. The majority of cases (15 persons, or 50%) of low back pain fell into the moderate pain group, with mild cases (13 people, or 43.3%) and severe cases (2 people, or 6.7%). The results of the Chi-square test showed a significant correlation between low back discomfort and an ergonomic sitting position (p value = 0.000 < 0.05). The risk of lower back pain in karawo craftspeople can be decreased by suggesting better sitting posture and cutting down on sitting time.

Keywords: *Lower Back Pain, Craftsman, Sitting Position*

Abstract

Nyeri punggung bawah (NPB) sering menjadi penyebab utama keterbatasan aktivitas dan masalah kesehatan bagi pengrajin karena duduk lama. Posisi duduk yang tidak ergonomis dapat mengganggu muskuloskeletal dan meningkatkan risiko nyeri punggung bawah (NBP). Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan posisi duduk ergonomis dengan nyeri punggung bawah pada pengrajin karawo. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain observasi analitik. Teknik sampling yang digunakan adalah total sampling dengan 30 responden pengrajin karawo. Instrumen penelitian terdiri dari lembar observasi untuk posisi duduk dan kuesioner untuk nyeri punggung bawah. Hasil penelitian menunjukkan posisi duduk ergonomis terbanyak adalah kategori salah (17 orang, 56,7%), sementara kategori benar sebanyak 13 orang (43,3%). Nyeri punggung bawah terbanyak adalah kategori sedang (15 orang, 50%), diikuti nyeri ringan (13 orang, 43,3%) dan nyeri berat (2 orang, 6,7%). Uji Chi-square diperoleh p value = 0.000 < 0,05, menunjukkan adanya hubungan signifikan antara posisi duduk ergonomis dan nyeri punggung bawah. Saran untuk pengrajin karawo memperbaiki posisi duduk dan mengurangi lama duduk dapat mengurangi risiko nyeri punggung bawah pada pengrajin karawo.

Kata kuncl: nyeri punggung bawah, pengrajin, posisi duduk

Dipindai dengan CamScanner