

**GAMBARAN POSISI DUDUK PADA MAHASISWA SAAT  
PERKULIAHAN DAN KELUHAN-KELUHAN YANG  
DIRASAKAN NYERI MUSKULOSKELETAL**



**KARYA TULIS ILMIAH**

**NURUL DEWI KHUZAIMAH**

**2011010011**

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO  
2023**

**GAMBARAN POSISI DUDUK PADA MAHASISWA SAAT  
PERKULIAHAN DAN KELUHAN-KELUHAN YANG  
DIRASAKAN NYERI MUSKULOSKELETAL**



**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya  
Keperawatan

**NURUL DEWI KHUZAIMAH**

**2011010011**

**PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO  
2023**

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama : Nurul Dewi Khuzaimah  
Nim : 2011010011  
Program Studi : Keperawatan D3  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya saya dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar serta bukan hasil penjiplakan hasil dari karya orang lain.

Demikian pernyataan ini saya buat dan apabila dikemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, saya bersedia mempertanggung jawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 02 Februari 2023

Yang membuat pernyataan



Nurul Dewi Khuzaimah

## HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah yang diajukan oleh :

Nama : Nurul Dewi Khuzaimah  
Nim : 2011010011  
Program Studi : Keperawatan D3  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto  
Judul : Gambaran posisi duduk pada mahasiswa saat perkuliahan dan keluhan-keluhan yang dirasakan nyeri muskuloskeletal

Telah diterima dan disetujui

Purwokerto, 02 Februari 2023

**PEMBIMBING**

  
Ns. Agus Santosa, S.Kep, M.Kep.

## HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah yang diajukan oleh :

Nama : Nurul Dewi Khuzaimah

Nim : 2011010011

Program Studi : Keperawatan D3

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Judul : Gambaran posisi duduk pada mahasiswa saat perkuliahan dan keluhan-keluhan yang dirasakan nyeri muskuloskeletal

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan D3 pada Program Studi Keperawatan D3 Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

### DEWAN PENGUJI

Penguji I Ns. Nur Isnaini, S.Kep., M.Kep

Penguji II Ns. Agus Santosa, S.Kep., M.Kep

Ditetapkan di : Purwokerto

Tanggal : 02 Februari 2023

Mengetahui :

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Purwokerto



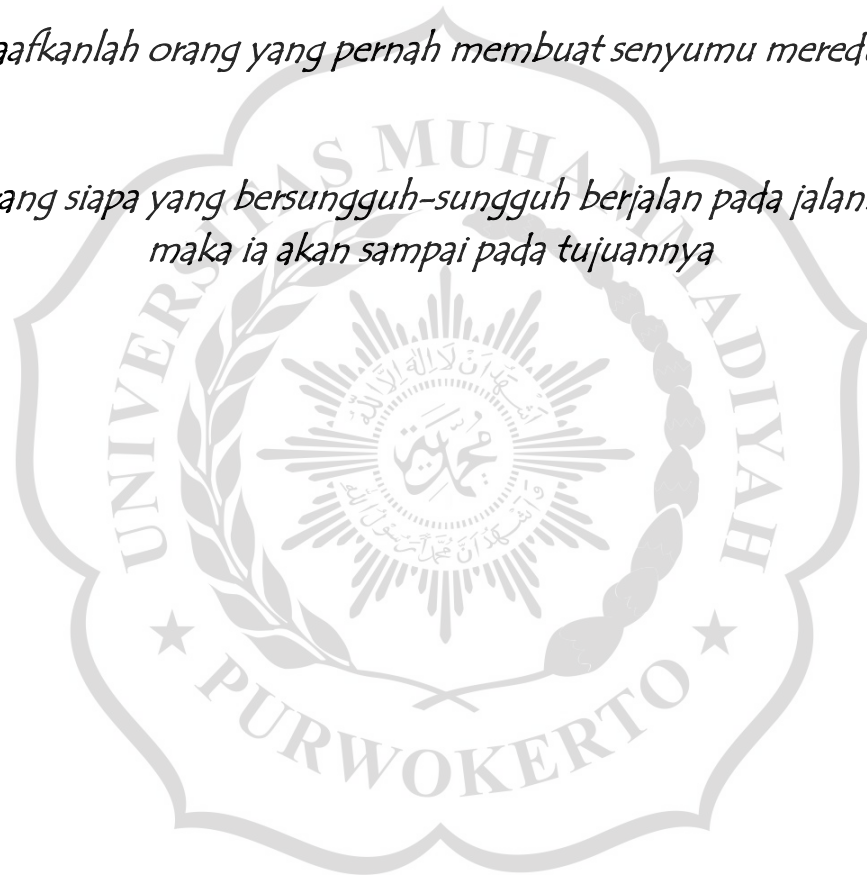
Assoc. Prof. Dr. Ns. Umi Solikhah  
NIK. 2160188

## MOTTO

*Hidup ini sangat pendek, esok kita hanya akan menjadi kenangan  
kematianpun takakan meminta ijin maka tersenyumlah*

*Maafkanlah orang yang pernah membuat senyumu meredup*

*Barang siapa yang bersungguh-sungguh berjalan pada jalannya  
maka ia akan sampai pada tujuannya*



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Gambaran posisi duduk pada mahasiswa saat perkuliahan dan keluhan-keluhan yang dirasakan nyeri muskuloskeletal”.

Penulisan Karya Tulis Ilmiah ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Diploma pada Program Studi Keperawatan D3 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari awal sampai dengan penyusunan Karya Tulis Ilmiah, sangatlah sulit untuk menyelesaikannya. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya, terutama kepada yang terhormat:

1. Dr. Ns. Jebul Suroso, S.Kep., M.Kep., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto
2. Dr. Ns. Umi Solikhah, S.Pd., M.Kep, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto
3. Ns. Endiyono, S.Kep., M.Kep., Selaku Ketua Program Studi Keperawatan D3 Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
4. Ns. Agus Santosa, S.Kep., M.Kep, selaku pembimbing yang telah memberikan bimbingan, saran dan mengarahkan dalam penyusunan tugas akhir.
5. Ns. Nus Isnaini, S.Kep., M.Kep, selaku dosen penguji yang telah memberikan saran masukan dalam perbaikan karya tulis ilmiah ini
6. Bapak, Ibu tercinta terima kasih atas dukungan semua baik materiil, dukungan moral maupun do'a yang selalu di berikan sehingga penulisan tugas akhir ini berjalan dengan lancar.
7. Sudara- saudaraku tersayang yang telah membantu dan memberikan dukungan baik secara moril, spiritual maupun materiil atas penyusunan tugas akhir ini.
8. Teman-teman seperjuangan yang banyak memberikan masukan, dorongan dan semangat pada penulis dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini.

Akhir kata, semoga Allah SWT memberikan balasan atas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu. Aamiin

Purwokerto, 02 Februari 2023

Penulis



## HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Sebagai sivitas akademika Universitas Muhammadiyah Purwokerto dan demi pengembangan ilmu pengetahuan, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nurul Dewi Khuzaimah  
NIM : 2011010011  
Program Studi : Keperawatan D3  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Purwokerto  
Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah

Menyetujui untuk memberikan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-free Right*) kepada Universitas Muhammadiyah Purwokerto atas Karya Ilmiah saya yang berjudul: "Gambaran posisi duduk pada mahasiswa saat perkuliahan dan keluhan-keluhan yang dirasakan nyeri muskuloskeletal".

Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini Universitas Muhammadiyah Purwokerto berhak menyimpan, mengah media/mengalih formatkan, mengelola bentuk pangkalan data (*database*), merawat dan mempublikasikan KTI saya dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Tulisan ini saya buat dengan sebenar-benarnya

Dibuat di : Purwokerto  
Pada tanggal : 02 Februari 2023  
Yang Menyatakan

  
Nurul Dewi Khuzaimah

## **GAMBARAN POSISI DUDUK PADA MAHASISWA SAAT PERKULIAHAN DAN KELUHAN-KELUHAN YANG DIRASAKAN NYERI MUSKULOSKELETAL**

Nurul Dewi Khuzaimah<sup>1</sup>, Agus Santosa<sup>2</sup>

**Latar Belakang :** Duduk merupakan salah satu sikap tubuh menopang batang badan bagian atas oleh pinggul dan sebagian paha yang terbatas pergerakannya. Posisi duduk merupakan salah satu posisi yang baik dalam melakukan aktivitas seperti menulis, membaca, menonton televisi dan lain sebagainya. Kegiatan harian seorang mahasiswa selama perkuliahan di kelas didominasi oleh aktivitas duduk. Nyeri punggung akibat posisi duduk yang salah merupakan fenomena yang sering terjadi pada mahasiswa. Sesuai dengan tujuan penelitian, maka dalam penelitian ini digunakan rancangan penelitian non-eksperimental, dengan metode studi deskriptif.

**Tujuan Penelitian :** Penelitian ini mendeskripsikan bagaimana gambaran posisi duduk pada mahasiswa saat perkuliahan dan keluhan-keluhan yang dirasakan nyeri muskuloskeletal. Data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini adalah gambaran dampak posisi duduk pada mahasiswa keperawatan saat perkuliahan dengan terjadinya *low back pain*.

**Hasil Penelitian :** Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden mengeluh sakit di punggung sebanyak 8 responden, sakit/ kaku di bagian leher bawah sebanyak 7 dan banyak mahasiswa yang sebagian besar mengeluh di daerah tangan. Berdasarkan hasil dan pembahasan pada penelitian tentang “gambaran posisi duduk pada mahasiswa saat perkuliahan dan keluhan-keluhan yang dirasakan nyeri muskuloskeletal”

**Kesimpulan :** maka dapat disimpulkan sebagai berikut : sebagian besar responden mengeluh sakit di punggung sebanyak 8 responden, sakit/ kaku di bagian leher bawah sebanyak 7 dan banyak mahasiswa yang sebagian besar mengeluh di daerah tangan.

**Kata Kunci :** Posisi Duduk, Mahasiswa, Muskuloskeletal.

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Keperawatan Diploma III Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

<sup>2</sup>Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

# THE DESCRIPTION OF SITTING POSITIONS IN STUDENTS DURING LECTURES AND MUSCULOSKELETAL PAIN COMPLAINTS

Nurul Dewi Khuzaiamh<sup>1</sup>, Agus Santosa<sup>2</sup>

## ABSTRAK

**Background :** Sitting is one of the body postures that support the upper body by the hips and partially the thighs with limited movement. Sitting is considered a suitable posture for activities such as writing, reading, watching television, and more. The daily activities of a student during lectures are dominated by sitting. Back pain resulting from incorrect sitting positions is a common phenomenon among students. In line with the research objective, this study employed a non-experimental research design with a descriptive method.

**Research Objective :** This research describes how students sitting positions during lectures and their musculoskeletal pain complaints are portrayed.

**Research Method :** The data collected in this study will depict the impact of sitting positions on nursing students during lectures, particularly concerning low back pain.

**Research Findings :** The research findings indicate that most respondents (8) complained of back pain, 7 respondents experienced pain or stiffness in the lower neck, and many students primarily complained about hand discomfort.

**Conclusion :** Based on the results and discussion of the research on the description of sitting positions in students during lectures and musculoskeletal pain complained of pain or stiffness in the lower neck and a significant number of students primarily experienced discomfort in their hands.

**Keywords :** Sitting Position, students, musculoskeletal pain.

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Keperawatan Diploma III Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto

<sup>2</sup>Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
MOTTO .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penulisan.....	4
D. Manfaat Penulisan.....	4
E. Batasan Penelitian .....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Muskuloskeletal.....	6
B. Posisi Duduk .....	11
BAB III LAPORAN KASUS KELOLAAN.....	15
A. Pendekatan Penelitian .....	15
B. Data dan Sumber Data .....	15
C. Populasi dan Sampel .....	16
D. Variable dan Definisi Operasional .....	16
E. Teknik Pengumpulan Data.....	17
F. Teknik Analisis Data.....	18
G. Etika Penelitian .....	19
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	17
--------------------------------------	----



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Lembar Informed Consent (Persetujuan Menjadi Responden)
- Lampiran 2 : Lembar Lembar Kuisioner Nordic Body Map
- Lampiran 3 : Lembar Dokumentasi
- Lampiran 4 : Lembar Perbaikan KTI
- Lampiran 5 : Lembar Kartu Bimbingan KTI
- Lampiran 6 : Lembar Persetujuan Ujian KTI
- Lampiran 7 : Lembar Bimbingan KTI
- Lampiran 8 : Lembar Keterangan Pengesahan Terjemahan Judul KTI
- Lampiran 9 : Lembar Keterangan Cek Plagiasi
- Lampiran 10 : Lembar Hasil Plagiasi
- Lampiran 11 : lembar Surat Keterangan Publikasi Mahasiswa
- Lampiran 12: Lembar Surat Keterangan Pengesahan Terjemahan Lembar KTI

