

**HUBUNGAN DERAJAT NYERI *LOW BACK PAIN*
DENGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI PADA
LANJUT USIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
PADANG KANDIS KECAMATAN GUGUAK
KABUPATEN LIMAPULUH KOTA**



Skripsi
Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai
Pemenuhan Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh:

MUHAMMAD BINTANG ALVINANDA
NIM: 1910313012

Pembimbing :

Dr. dr. Roza Mulyana, Sp.PD, K-GER, FINASIM

Prof. Dr. dr. Afriwardi, S.H, Sp.KO, MA

FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2023

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN DEGREES OF LOW BACK PAIN WITH LEVELS OF PHYSICAL FITNESS IN THE ELDERLY IN THE WORKING AREA OF PUSKESMAS PADANG KANDIS GUGUAK DISTRICT, LIMA PULUH KOTA REGENCY, WEST SUMATERA

By

Muhammad Bintang Alvinanda, Roza Mulyana, Afriwardi, Fika Tri Anggraini, Rose Dinda Martini, Malinda Meinapuri

Low back pain (LBP) is pain experienced in the lower back. It can manifest as localized pain, radicular pain, or occur concurrently. Several factors can contribute to LBP, one of which is physical fitness. This study aims to establish a connection between the degree of LBP pain and the level of physical fitness among elderly individuals in the service area of the Padang Kandis Health Center in West Sumatra Province.

This research is an observational analytical study with a cross-sectional design. The research subjects comprised 47 elderly individuals who met the inclusion and exclusion criteria, selected through the consecutive sampling method. Data collection was conducted through a survey that included the Visual Analog Scale (VAS), Low Back Pain (LBP), Physical Activity Readiness Questionnaire (PAR-Q), and the Six-Minute Walking Test. Data analysis was performed using the Chi-Square test.

The results of the data analysis yielded a p-value of 0.457 ($p > 0.05$). As the p-value exceeds 0.05 ($0.457 > 0.05$), the conclusion is that the null hypothesis is not rejected. Therefore, it can be concluded that there is no significant relationship between the degree of LBP pain and the level of fitness in the elderly population within the working area of the Padang Kandis Health Center, Guguak District, Limapuluh Kota Regency, West Sumatra Province.

In summary, this study concludes that there is no statistically significant association between the level of LBP and the level of physical fitness among elderly individuals in the working area of the Padang Kandis Health Center, Guguak District, Limapuluh Kota Regency, West Sumatra Province.

Keywords : *Low Back Pain, Physical Fitness, Elderly*

ABSTRAK

HUBUNGAN DERAJAT NYERI *LOW BACK PAIN* DENGAN TINGKAT KEBUGARAN JASMANI PADA LANJUT USIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PADANG KANDIS KECAMATAN GUGUAK KABUPATEN LIMA PULUH KOTA

Oleh

**Muhammad Bintang Alvinanda, Roza Mulyana, Afriwardi, Fika Tri Anggraini,
Rose Dinda Martini, Malinda Meinapuri**

Low back pain (LBP) adalah rasa sakit yang dirasakan di punggung bagian bawah. Bisa berupa nyeri lokal, nyeri radikuler, atau terjadi dalam waktu yang bersamaan. Banyak faktor yang dapat menyebabkan penurunan kebugaran jasmani salah satunya adalah LBP. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan derajat nyeri LBP dengan tingkat kebugaran jasmani pada lansia yang berada di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Provinsi Sumatera Barat.

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan desain *cross-sectional*. Subjek penelitian ini didapatkan sebanyak 47 lansia yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah dipilih dengan metode *consecutive sampling*. Pengumpulan data dilakukan melalui survei yang meliputi kuesioner VAS (*Visual Analog Scale*), LBP (*Low Back Pain*), PAR-Q (*Physical Activity Readiness Questionnaire*) dan tes *Six Minute Walking*. Analisis data dilakukan dengan uji *Chi-Square*.

Hasil analisis data didapatkan nilai $p = 0,457$ ($p > 0,05$). Karena $p\text{-value} > 0,05$ ($0,457 > 0,05$), maka kesimpulannya adalah pengujian ditolak yang berarti “Tidak terdapat hubungan antara derajat nyeri LBP dengan tingkat kebugaran jasmani pada lansia di wilayah kerja Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguak Kabupaten Lima Puluh Kota Provinsi Sumatera Barat”.

Kesimpulan penelitian ini tidak terdapat hubungan antara tingkat LBP dengan tingkat kebugaran jasmani pada lansia di wilayah kerja kerja Puskesmas Padang Kandis Kecamatan Guguak Kabupaten Lima Puluh Kota Provinsi Sumatera Barat.

Kata Kunci : *Low Back Pain*, Kebugaran Jasmani, Lanjut Usia