

**HUBUNGAN ANTARA LAMA DUDUK DAN SIKAP DUDUK DENGAN
KELUHAN TENDINOPATI GLUTEAL PADA KARYAWAN
BACK OFFICE RUMAH SAKIT
UNIVERSITAS ANDALAS
TAHUN 2024**



Skripsi

**Diajukan ke Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sebagai
Pemenuhan Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh :

NAILY FAIZON BINTI AHMAD FAIZON

NIM : 1910318005

Pembimbing:

dr. Noverial, Sp.OT

dr. Nur Afrainin Syah, M. Med.Ed, Ph. D, Sp. KKLP

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2024**

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin, puji syukur kehadiran Allah S.W.T dan Shalawat serta salam untuk Nabi Muhammad S.A.W, berkat rahmat dan karunia-Nya saya dapat menyelesaikan hasil penelitian dengan judul **“Hubungan Antara Lama Duduk dan Sikap Duduk dengan Tendinopati Gluteal pada *Back Office* Karyawan Rumah Sakit Universitas Andalas Tahun 2024”**. Hasil penelitian ini merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Keberhasilan dalam penyusunan hasil penelitian ini telah banyak dibantu oleh berbagai pihak. Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Prof. Dr. dr. Afriwardi, SH, MA, Sp.KO. Subsp.APK(K) selaku Dekan beserta Wakil Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
2. dr. Noverial, Sp.OT dan dr. Nur Afrainin Syah, M.Med.Ed, Ph.D, Sp.KKLP selaku dosen pembimbing skripsi yang bersedia meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, saran, dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Abdiana, S. KM, M. Epid dan dr. Mutia Lailani, M. Sc selaku penguji skripsi yang telah bersedia meluangkan waktu, pikiran dan tenaga untuk menguji dan memberikan arahan serta masukan dalam penyusunan skripsi ini sehingga menjadi lebih baik.
4. Dr. dr. Kemala Sayuti, Sp.M(K) selaku pembimbing akademik yang selalu memberikan semangat untuk selalu memperbaiki diri saya ke arah yang lebih baik.
5. Seluruh dosen pengajar di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas yang telah memberikan ilmu pengetahuan kepada saya.
6. Teman baik saya, Indah Umairah Binti Abdul Rahim yang sentiasa memberi dukungan sejak bermula perkuliahan di FK UNAND tahun 2019 sehingga saat ini, teman seperjuangan saya, Nor Amirah Hafizah Binti Anuar yang bersama-sama melalui pahit manis proses selama menyelesaikan skripsi kami walaupun berbeda almamater dan ahli PKPMI Padang secara langsung dan tidak langsung membantu saya selama di Padang.
7. Ahmad Faizon bin Bakar dan Wafaa' Binti Yusof yang memberikan dukungan doa dan moral untuk kesuksesan saya.

Saya berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat terutama untuk kesehatan manusia dan bagi perkembangan ilmu pengetahuan. Semoga Allah SWT senantiasa mencurahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada semua pihak yang telah banyak membantu.

Padang, 24 Juli 2024

Penulis
Naily Faizon Binti Ahmad Faizon
NIM: 1910318005

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SITTING TIME AND SITTING POSTURE WITH GLUTEAL TENDINOPATHY SYMPTOMS ON BACK OFFICE EMPLOYEES OF UNIVERSITAS ANDALAS HOSPITAL YEAR 2024

By

Naily Faizon, Noverial, Nur Afrainin Syah, Abdiana, Mutia Lailani

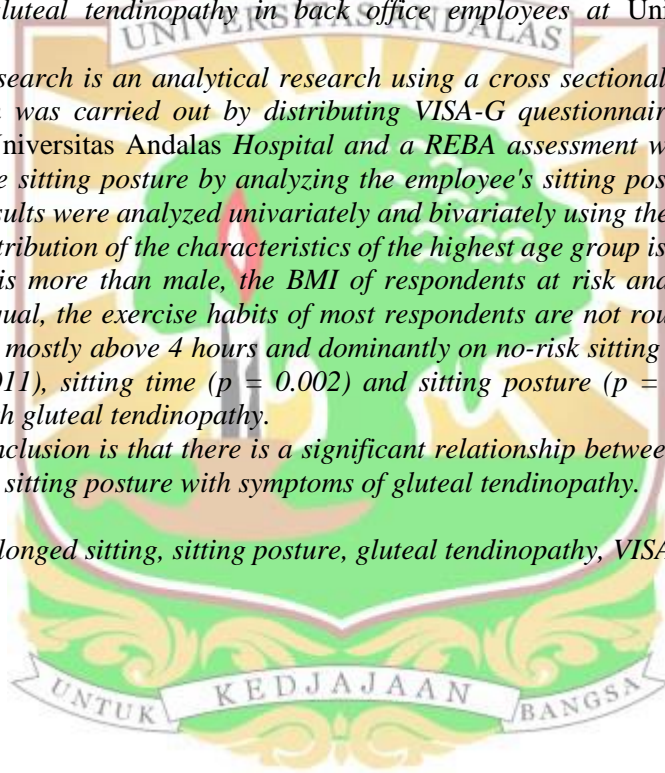
Prolonged sitting and unergonomic sitting postures result in complaints about muscles that are likely to experience inflammation or fatigue due to these activities. Gluteal tendinopathy has the potential to cause damage to the gluteal tendons and disrupt quality of life if not treated. Initial observation results show irregular working habits or sitting positions of back office employees when carrying out their work environment. This research generally aims to determine the relationship between sitting time and sitting posture with gluteal tendinopathy in back office employees at Universitas Andalas Hospital.

This research is an analytical research using a cross sectional research design. Data collection was carried out by distributing VISA-G questionnaires to back office employees at Universitas Andalas Hospital and a REBA assessment was carried out to assess employee sitting posture by analyzing the employee's sitting position and attitude and then the results were analyzed univariately and bivariately using the Chi-Square test.

The distribution of the characteristics of the highest age group is young adults, the female gender is more than male, the BMI of respondents at risk and BMI not at risk categories is equal, the exercise habits of most respondents are not routine, respondents sitting duration mostly above 4 hours and dominantly on no-risk sitting posture. Exercise habits ($p = 0.011$), sitting time ($p = 0.002$) and sitting posture ($p = 0.031$) showed a relationship with gluteal tendinopathy.

The conclusion is that there is a significant relationship between exercise habits, sitting time and sitting posture with symptoms of gluteal tendinopathy.

Key words: *prolonged sitting, sitting posture, gluteal tendinopathy, VISA-G, REBA*



ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA LAMA DUDUK DAN SIKAP DUDUK DENGAN KELUHAN TENDINOPATI GLOTEAL PADA KARYAWAN *BACK OFFICE* RUMAH SAKIT UNIVERSITAS ANDALAS TAHUN 2024

Oleh

Naily Faizon, Noverial, Nur Afrainin Syah, Abdiana, Mutia Lailani

Kelamaan duduk dan sikap duduk yang tidak ergonomis berdampak dalam keluhan pada bagian otot yang berkemungkinan mengalami inflamasi atau kelelahan akibat kedua-dua aktivitas tersebut. Tendinopati gluteal berpotensi menyebabkan kerusakan pada tendon gluteal dan mengganggu kualitas hidup jika tidak ditindaklanjuti. Hasil observasi awal menunjukkan ketidak teraturan sikap kerja ataupun posisi duduk karyawan *back office* dalam melakukan pekerjaannya di lingkungan kerja rumah sakit. Penelitian ini secara umum bertujuan untuk mengetahui hubungan antara lama duduk dan sikap duduk dengan tendinopati gluteal pada karyawan *back office* Rumah Sakit Universitas Andalas.

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan menggunakan desain penelitian *cross sectional* (potong lintang). Sampel penelitian adalah karyawan *back office* Rumah Sakit Universitas Andalas. Data penelitian dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner VISA-G dan penilaian REBA untuk menilai sikap duduk karyawan dengan menganalisis posisi dan sikap duduk karyawan yang kemudian hasilnya dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square.

Hasil penelitian menunjukkan distribusi karakteristik kelompok usia tertinggi adalah dewasa muda (15-45 tahun), jenis kelamin perempuan lebih banyak dari laki-laki, IMT responden kategori IMT berisiko dan IMT tidak berisiko terbahagi sama banyak, kebiasaan olahraga kebanyakan responden adalah tidak rutin, lama duduk kebanyakan lebih dari 4 jam dan sikap duduk rata-rata dalam kategori tidak berisiko. Kebiasaan olahraga ($p = 0,011$), lama duduk ($p = 0,002$) dan sikap duduk ($p = 0,031$) yang menunjukkan adanya hubungan dengan tendinopati gluteal.

Kesimpulan bahwa terdapat hubungan bermakna antara kebiasaan olahraga, lama duduk dan sikap duduk dengan gejala gluteal tendinopati.

Kata kunci: lama duduk, sikap duduk, tendinopati gluteal, VISA-G, REBA

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	iii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRACT	vi
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR SINGKATAN	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	
1.3.2 Tujuan Khusus	
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Manfaat Terhadap Peneliti.....	5
1.4.2 Manfaat Terhadap Institusi Pendidikan.....	5
1.4.3 Manfaat Terhadap Perkembangan Ilmu Pengetahuan.....	5
1.4.4 Manfaat Terhadap Peneliti Lain.....	5
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	7
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	34
BAB 4 METODE PENELITIAN	36
BAB 5 HASIL PENELITIAN	51
BAB 6 PEMBAHASAN	62
BAB 7 PENUTUP	73
DAFTAR PUSTAKA	75
LAMPIRAN	82

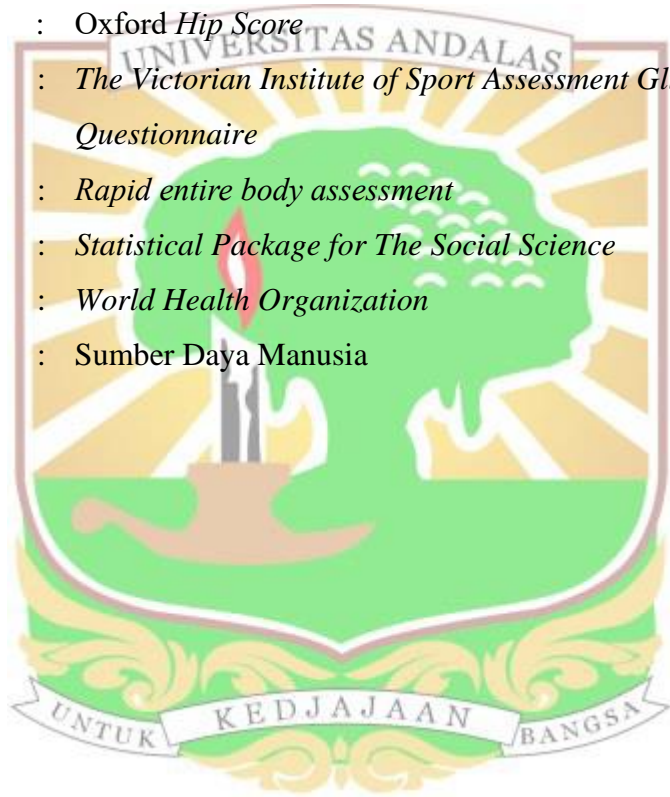
DAFTAR TABEL	Halaman
Tabel 2.1 Jenis Tendinopati.....	8
Tabel 2.2 <i>Grade of Progressive Tendon Degeneration</i>	18
Tabel 4.1 Skor REBA.....	44
Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas.....	48
Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas.....	49
Tabel 5.1 Angka Kejadian Keluhan Tendinopati Gluteal.....	51
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Karyawan <i>Back Office</i> berdasarkan usia, kelamin, Indeks Massa Tubuh (IMT) dan kebiasaan olahraga di Rumah Sakit Universitas Andalas.....	52
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Karyawan <i>Back Office</i> berdasarkan Lama Duduk di Rumah Sakit Universitas Andalas.....	53
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Karyawan <i>Back Office</i> berdasarkan Sikap Duduk di Rumah Sakit Universitas Andalas.....	54
Tabel 5.5 Hubungan Usia dengan Tendinopati Gluteal pada Karyawan <i>Back Office</i> Rumah Sakit Universitas Andalas.....	54
Tabel 5.6 Hubungan Jenis Kelamin dengan Tendinopati Gluteal pada Karyawan <i>Back Office</i> Rumah Sakit Universitas Andalas.....	55
Tabel 5.7 Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Tendinopati Gluteal pada Karyawan <i>Back Office</i> Rumah Sakit Universitas Andalas.....	57
Tabel 5.8 Hubungan Kebiasaan Olahraga dengan Tendinopati Gluteal pada Karyawan <i>Back Office</i> Rumah Sakit Universitas Andalas.....	58
Tabel 5.9 Hubungan Lama Duduk dengan Tendinopati Gluteal pada Karyawan <i>Back Office</i> Rumah Sakit Universitas Andalas.....	59
Tabel 5.10 Hubungan Sikap Duduk dengan Tendinopati Gluteal pada Karyawan <i>Back Office</i> Rumah Sakit Universitas Andalas.....	60

DAFTAR GAMBAR	Halaman
Gambar 2.1 Perbedaan tendon sehat dengan tendinopati.....	7
Gambar 2.2 Anatomi tulang panggul	11
Gambar 2.3 Klasifikasi bentuk tulang panggul.....	12
Gambar 2.4 Gambaran umum otot bagian gluteal	15
Gambar 2.5 FABER dan FADER <i>Test</i>	23
Gambar 2.6 Perbedaan gambaran klinis nyeri panggul lateral.....	24
Gambar 2.7 Postur tubuh saat duduk.....	27
Gambar 2.8 Kerangka teori tendinopati gluteal.....	33
Gambar 3.1 Kerangka konseptual penelitian.....	34
Gambar 4.1 Prosedur pengambilan data.....	46



DAFTAR SINGKATAN

DBS	: <i>Dead butt syndrome</i>
GTPS	: <i>Greater trochanteric pain syndrome</i>
SIAS	: <i>Spina iliaca anterior superior</i>
MSDs	: <i>Musculoskeletal disorders</i>
MRI	: <i>Magnetic resonance image</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
mHHS	: <i>modified Harris Hip Score</i>
OHS	: <i>Oxford Hip Score</i>
VISA-G	: <i>The Victorian Institute of Sport Assessment Gluteal Questionnaire</i>
REBA	: <i>Rapid entire body assessment</i>
SPSS	: <i>Statistical Package for The Social Science</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
SDM	: Sumber Daya Manusia



DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1	:	Pernyataan Persetujuan.....	82
Lampiran 2	:	Translasi Kuesioner.....	83
Lampiran 3	:	Uji Validasi dan Reliabilitas VISA-G.....	102
Lampiran 4	:	Perhitungan REBA.....	104
Lampiran 5	:	Surat Izin Penelitian.....	116
Lampiran 6	:	Surat Kaji Lolos Etik.....	117

