

## ABSTRAK

### Pengaruh Posisi Duduk dan Durasi Duduk Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Pegawai di Badan Penanggulangan Bencana Daerah Kota Malang.

Adam Bintang Hidayatullah; Pembimbing 1 : Fresvian Jenrivo, S.KM.,M.Kes, Pembimbing 2: Ani Asriani Basri, SKM.,M.KKK. Poltekkes Kemenkes Malang, Prodi Keselamatan dan Kesehatan Kerja.  
email : [adam\\_p17451204001@poltekkes-malang.ac.id](mailto:adam_p17451204001@poltekkes-malang.ac.id)

**Latar belakang:** duduk dalam waktu lama dengan posisi statis dan postur yang kurang tepat dapat menyebabkan nyeri punggung bawah. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh posisi duduk dan durasi duduk terhadap nyeri punggung bawah pada karyawan Badan Penanggulangan Bencana Daerah Kota Malang pada tahun 2024. **Metode penelitian:** kuantitatif analitik observasional dengan pendekatan survei cross-sectional dan sampel diambil secara purposive sampling. Analisis data menggunakan uji korelasi regresi logistik untuk mengetahui pengaruh posisi dan durasi duduk terhadap nyeri punggung bawah. **Hasil penelitian:** menunjukkan analisis dengan metode Rapid Entire Body Assessment, 16 responden (44,4%) berada dalam risiko tinggi dan 20 responden (55,6%) berada dalam risiko sedang mengalami nyeri punggung bawah akibat posisi duduk. Observasi menunjukkan 17 responden (47,2%) memiliki durasi duduk yang lama (> 4 jam) selama jam kerja, sedangkan 19 responden (52,8%) memiliki durasi duduk sedang (> 2-4 jam). Analisis menggunakan metode Nordic Body Map (NBM) mengungkapkan 20 responden (55,6%) kategori sering, sangat sering dan 16 responden (44,4%) kategori tidak pernah dan kadang-kadang mengalami nyeri punggung bawah. Uji regresi logistik menunjukkan posisi duduk memiliki pengaruh signifikan terhadap nyeri punggung bawah dengan nilai p-value 0,031 (< 0,05) dan durasi duduk berpengaruh signifikan dengan nilai p-value 0,011 (< 0,05). Hasil uji multivariat dengan regresi logistik menunjukkan posisi duduk maupun durasi duduk secara simultan berpengaruh signifikan terhadap nyeri punggung bawah dengan nilai signifikansi model 0,000 dan nilai signifikan walt untuk posisi dan durasi duduk < 0,05. **kesimpulan:** penelitian ini menegaskan posisi duduk dan durasi duduk secara signifikan mempengaruhi risiko terjadinya nyeri punggung bawah pada pegawai Badan Penanggulangan Bencana Daerah Kota Malang.

**Kata kunci:** posisi duduk, durasi duduk, nyeri punggung bawah