

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT FAKULTAS
KESEHATAN & INFORMATIKA INSTITUT KESEHATAN PAYUNG
NEGERI PEKANBARU**

Penelitian, April 2026

Amar Wati

**Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah
(NPB) pada Penjahit di Kepenghuluan Ujung Tanjung Kecamatan Tanah
Putih**

xiii+107 halaman+18 tabel+9 lampiran

ABSTRAK

Nyeri Punggung Bawah (NPB) merupakan gangguan muskuloskeletal yang sering dialami penjahit akibat posisi duduk statis yang lama. Penelitian ini bertujuan mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan NPB pada 47 penjahit di Kepenghuluan Ujung Tanjung tahun 2026. Jenis penelitian ini kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*, menggunakan teknik *total sampling*. Data dianalisis dengan uji *Chi-Square* dan *Fisher's Exact*. Hasil univariat menunjukkan 29,8% responden mengalami keluhan NPB. Hasil uji bivariat menyimpulkan terdapat hubungan signifikan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) ($p=0,000$; OR=51,17), lama kerja ($p=0,000$; OR=21,54), dan kebiasaan olahraga ($p=0,000$; OR=75,22) dengan keluhan NPB. Sebaliknya, tidak terdapat hubungan signifikan pada variabel usia ($p=0,355$), jenis kelamin ($p=0,288$), dan masa kerja ($p=0,102$). Penjahit disarankan menerapkan istirahat aktif (*microbreaks*) di sela waktu menjahit, berolahraga teratur minimal dua kali seminggu, serta menjaga berat badan ideal untuk mengurangi beban mekanik punggung.

Kata kunci: Nyeri Punggung Bawah, Penjahit, Indeks Massa Tubuh, Lama Kerja, Kebiasaan Olahraga.

Daftar Bacaan: 20 (2015–2025)

**UNDERGRADUATE PROGRAM IN PUBLIC HEALTH, FACULTY OF
HEALTH AND INFORMATICS, INSTITUT KESEHATAN PAYUNG
NEGERI PEKANBARU**

Research, April 2026

Amar Wati

**Factors Associated with Lower Back Pain (LBP) Complaints Among Tailors
in Ujung Tanjung Village, Tanah Putih Subdistrict**

xiii+107 pages+18 tables+9 appendices

ABSTRACT

Lower back pain (LBP) is a musculoskeletal disorder commonly experienced by tailors due to prolonged static sitting. This study aimed to identify the factors associated with LBP complaints among 47 tailors in Ujung Tanjung Village in 2026. This was a quantitative, cross-sectional study using total sampling. Data were analyzed using the Chi-Square test and Fisher's Exact test. Univariate results showed that 29.8% of respondents experienced LBP complaints. Bivariate test results concluded that there was a significant association between Body Mass Index (BMI) ($p=0.000$; $OR=51.17$), duration of employment ($p=0.000$; $OR=21.54$), and exercise habits ($p=0.000$; $OR=75.22$) and NPB complaints. Conversely, there was no significant association with age ($p=0.355$), gender ($p=0.288$), or years of service ($p=0.102$). Tailors are advised to take active breaks (microbreaks) between sewing sessions, exercise regularly at least twice a week, and maintain an ideal body weight to reduce mechanical strain on the back.

Keywords: Lower Back Pain, Tailors, Body Mass Index, Duration of Employment, Exercise Habits.

References: 20 (2018–2025)