

**PENGARUH EDUKASI DIGITAL TERHADAP PENGETAHUAN
ERGONOMIS KERJA DALAM MEMINIMALISIR KEJADIAN
NYERI *LOW BACK PAIN* PERAWAT RUMAH SAKIT
SARTIKA ASIH BANDUNG**

SHINTA FITRIANA HANIFAH

211FK03018

Program Studi Sarjana Keperawatan, Fakultas Keperawatan
Universitas Bhakti Kencana

ABSTRAK

Nyeri punggung bawah (LBP) merupakan keluhan umum pada perawat akibat posisi kerja yang tidak ergonomis, sering kali disebabkan oleh kurangnya pengetahuan ergonomi. Edukasi digital dinilai efektif dan fleksibel dalam meningkatkan pemahaman tersebut. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh edukasi digital terhadap pengetahuan ergonomis kerja dalam meminimalisir kejadian nyeri *Low Back Pain* pada perawat di Rumah Sakit Sartika Asih Bandung. Penelitian ini menggunakan desain *pre-experimental* dengan pendekatan *one group pre-test and post-test*. Populasi dalam penelitian ini perawat pelaksana sebanyak 111 perawat, dan sampel sebanyak 40 perawat yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner pengetahuan ergonomis sebelum dan sesudah diberikan edukasi digital berupa video animasi edukatif berdurasi 10 menit. Analisis data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden memiliki pengetahuan cukup (25%) dan kurang (27,5%). Setelah edukasi, (77,5%) hampir seluruhnya responden mengalami peningkatan menjadi kategori pengetahuan baik. adanya perbedaan yang signifikan antara pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi digital dengan nilai signifikansi ($p < 0,05$). Edukasi digital berbasis video animasi terbukti efektif meningkatkan pengetahuan ergonomis kerja pada perawat. Peningkatan pengetahuan ini berkontribusi dalam mendorong penerapan postur kerja yang benar dan penggunaan teknik pengangkatan yang aman, sehingga dapat meminimalisir risiko nyeri *low back pain*. Semakin tinggi tingkat pengetahuan ergonomis, semakin rendah kemungkinan terjadinya cedera akibat posisi kerja yang tidak ergonomis.

Kata kunci: Edukasi Digital, *Low Back Pain*, Pengetahuan Ergonomis Kerja, Perawat

**THE EFFECT OF DIGITAL EDUCATION ON WORK ERGONOMICS
KNOWLEDGE IN REDUCING THE INCIDENCE OF LOW BACK PAIN IN
NURSES AT SARTIKA ASIH HOSPITAL BANDUNG**

SHINTA FITRIANA HANIFAH

211FK03018

Bachelor of Nursing Program, Faculty of Nursing, Universitas Bhakti Kencana

ABSTRACT

Low back pain (LBP) is a common complaint among nurses, often caused by non-ergonomic working positions and a lack of ergonomic knowledge. Digital education is considered an effective and flexible method to enhance understanding of ergonomic principles. This study aims to determine the effect of digital education on ergonomic work knowledge in minimizing the incidence of Low Back Pain among nurses at Bhayangkara Level II Sartika Asih Hospital Bandung. This research employed a pre-experimental design with a one-group pre-test and post-test approach. The population consisted of 111 staff nurses, with a sample of 40 nurses selected using accidental sampling. The research instrument was a knowledge questionnaire administered before and after the delivery of a 10-minute animated educational video. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Rank Test. The results showed that before the intervention, most respondents had moderate (25%) and low (27.5%) levels of knowledge. After the intervention, 77.5% of respondents showed improvement to the good knowledge category. There was a significant difference in knowledge before and after the digital education intervention, with a p -value < 0.05 . Digital education through animated videos proved effective in increasing nurses' ergonomic work knowledge. This improvement contributes to encouraging the application of correct working posture and safe lifting techniques, thereby minimizing the risk of low back pain. The higher the level of ergonomic knowledge, the lower the likelihood of injury due to non-ergonomic working positions.

Keywords: *Digital Education, Ergonomic Knowledge, Low Back Pain, Nurses*