

## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN.....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xiv</b>
<b>RIWAYAT HIDUP PENULIS.....</b>	<b>xv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Manfaat Teoritik.....	7
1.4.2 Manfaat Praktik.....	7
1.5 Ruang Lingkup Penelitian.....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	
2.1 Pembelajaran Daring.....	9
2.1.1 Definisi.....	9

2.2	Posisi Duduk.....	9
2.2.1	Definisi .....	9
2.2.2	Faktor-Faktor Terjadinya Posisi Duduk .....	10
2.2.3	Macam-Macam Posisi Duduk.....	11
2.2.4	Akibat Posisi Duduk yang Salah .....	12
2.2.5	Ergonomi dalam Posisi Duduk .....	13
2.3	Lama Duduk .....	15
2.3.1	Definisi .....	15
2.3.2	Lama Duduk Normal .....	15
2.4	Nyeri Punggung Bawah.....	16
2.4.1	Definisi .....	16
2.4.2	Tanda dan Gejala Nyeri Punggung Bawah.....	17
2.4.3	Etiologi Nyeri Punggung Bawah.....	18
2.4.4	Faktor Resiko Nyeri Punggung Bawah .....	19
2.4.5	Klasifikasi Nyeri Punggung Bawah.....	22
2.4.6	Karakteristik Nyeri Punggung Bawah .....	24
2.4.7	Anatomi Tulang Belakang .....	24
2.5	Penilaian posisi duduk, lama duduk dan nyeri punggung bawah .....	27
2.5.1	Penilaian Posisi dan Lama Duduk .....	27
2.5.2	Penilaian Nyeri Punggung Bawah.....	28
2.6	Hubungan posisi dan lama duduk dengan keluhan Nyeri punggung bawah.....	29
2.7	Kerangka Konseptual .....	30
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>		<b>31</b>
3.1	Rancangan Penelitian .....	31
3.2	Paradigma penelitian.....	31

3.3	Variabel penelitian.....	34
3.3.1	Variabel Independen (Variabel Bebas) .....	34
3.3.2	Variabel Dependen (Variabel Terikat).....	34
3.4	Hipotesa penelitian .....	34
3.5	Definisi Konseptual dan Definisi Operasional .....	35
3.5.1	Definisi Konseptual.....	35
3.5.2	Definisi operasional .....	36
3.6	Populasi dan Sampel .....	38
3.6.1	Populasi .....	38
3.6.2	Sampel .....	39
3.7	Etika Penelitian.....	40
3.7.1	<i>Informed Consent</i> ( Lembar Pernyataan).....	40
3.7.2	<i>Anonymity</i> (Tanpa Nama) .....	40
3.7.3	<i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan).....	41
<b>BAB IV DESAIN PENELITIAN .....</b>		<b>42</b>
4.1	Pengumpulan Data .....	42
4.1.1	Instrumen Penelitian.....	42
4.1.2	Uji Validitas .....	43
4.1.3	Uji Reliabilitas .....	45
4.1.3	Tehnik Pengumpulan Data .....	46
4.2	Langkah-Langkah Penelitian .....	47
4.2.1	Tahap Persiapan .....	47
4.2.2	Tahap Pelaksanaan.....	48
4.2.3	Tahap Akhir.....	48
4.3	Pengolahan dan Analisis Data.....	49
4.3.1	Pengolahan Data.....	49

4.3.2	Analisis Data .....	51
4.4	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	53
4.4.1	Lokasi Penelitian.....	53
4.4.2	Waktu Penelitian.....	53
<b>BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>54</b>
5.1	Hasil Penelitian.....	54
5.1.1	Hasil Analisis Univariat.....	54
5.1.2	Hasil Analisis Bivariat .....	56
5.2	Pembahasan .....	58
5.2.1	Gambaran posisi duduk saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Bhakti Kencana .....	58
5.2.2	Gambaran lama duduk saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Bhakti Kencana .....	59
5.2.3	Gambaran keluhan nyeri punggung bawah saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Bhakti Kencana	60
5.2.4	Hubungan posisi dan lama duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Bhakti Kencana .....	61
<b>BAB VI PENUTUP.....</b>		<b>64</b>
6.1	Kesimpulan.....	64
6.2	Saran.....	64

**DAFTAR PUSTAKA**

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Posisi duduk dan keluhan yang berhubungan

Tabel 3.1 Definisi operasional

Tabel 3.2 Jumlah mahasiswa S1 Keperawatan

Tabel 3.3 Jumlah mahasiswa D3 Keperawatan

Tabel 4.1 Hasil uji validitas posisi duduk

Tabel 4.2 Hasil uji validitas nyeri punggung bawah

Tabel 4.3 Hasil uji reliabilitas posisi duduk

Tabel 4.4 Hasil uji reliabilitas nyeri punggung bawah

Tabel 5.1 Hasil analisa posisi duduk saat pembelajaran daring Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

Tabel 5.2 Hasil analisa lama duduk saat pembelajaran daring Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

Tabel 5.3 Hasil analisa keluhan nyeri punggung bawah mahasiswa saat pembelajaran daring Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

Tabel 5.4 Hasil analisis *chi-Square* hubungan posisi duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

Tabel 5.5 Hasil analisis *chi-Square* hubungan lama duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah saat pembelajaran daring pada mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Bhakti Kencana

## **DAFTAR GAMBAR**

Gambar 2.2 Posisi duduk yang baik

Gambar 2.4 Anatomi tulang belakang

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 *Informed Consent*
- Lampiran 2 Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 3 Permohonan Izin Penelitian Dan Pengambilan Data
- Lampiran 4 Uji Etik Penelitian
- Lampiran 5 Permohonan Uji Konten Pada Dosen Ahli
- Lampiran 6 Uji Konten Instrumen Posisi Duduk (Perbaikan)
- Lampiran 7 Uji Konten Instrumen Keluhan Nyeri Punggung Bawah (Perbaikan)
- Lampiran 8 Instrumen Penelitian (Sesudah Perbaikan)
- Lampiran 9 Form Persyaratan Pendaftaran Sidang
- Lampiran 10 Catatan Bimbingan Skripsi Pembimbing 1 dan Pembimbing 2
- Lampiran 11 Bukti Menjadi Oponen
- Lampiran 12 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 13 Hasil Plagiat
- Lampiran 14 Hasil excel lama duduk
- Lampiran 15 Hasil excelposisi duduk
- Lampiran 16 Hasil Excel Keluhan NyeriPunggung Bawah
- Lampiran 17 Tabel Frekuensi
- Lampiran 18 Hasil *chi-square* posisidanlama duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah
- Lampiran 19 Uji Normalitas Data
- Lampiran 20 Uji validitas dan reliabilitas kuesioner

## RIWAYAT HIDUP PENULIS



Nama : Febriana Soares De Araujo  
NIM : AK.1.17.166  
Tempat / Tanggal Lahir : Dili / 07 Februari 1998  
Agama : Katolik  
Nama Ayah : Caetano Soares  
Nama Ibu : Casilda Soares Pinto  
Alamat : Jln, Babakan Jati 1, Rt 02 / Rw 08, No 96,  
Kelurahan Binong, Kecamatan Batununggal, Kota  
Bandung, Jawa Barat.

## RIWAYAT PENDIDIKAN

1. 2005-2010 : SD Bedois Dili
2. 2011 -2013 : SMP São Jose Operario Balide Dili
3. 2014-2016 : SMA São Jose Operario Balide Dili
4. 2017 – 2021 : Universitas Bhakti Kencana Bandung