

ABSTRAK

Latar Belakang: *Low Back Pain* (LBP) adalah gangguan muskuloskeletal dengan rasa nyeri diantara tepi bawah tulang rusuk dan pantat sehingga menyebabkan keterbatasan dalam bekerja. Pekerjaan *office workers* 95% dilakukan menggunakan komputer dengan posisi duduk dalam waktu yang lama sehingga tubuh mengalami ketegangan otot dan meningkatkan prevalensi LBP. Faktor individu dan faktor pekerjaan merupakan salah satu penyebab terjadinya LBP. Tujuan penelitian adalah menganalisis kejadian LBP yang menjadi indikator gangguan muskuloskeletal yang dirasakan oleh *office workers* PT. PLN Nusantara Power Surabaya.

Metode: Metode kuantitatif dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Penentuan jumlah sampel menggunakan simple random sampling sebanyak 81 *office workers*. Analisis data menggunakan Uji Chi-square dan Fisher Exact. Responden dianalisis menggunakan *Modified Oswestry Low Back Pain (LBP) Questionnaire*, *Pain ID: A Neuropathic Pain Screen* dan *Rapid Office Strain Assessment (ROSA)*.

Hasil: Hasil analisis statistik pada 81 *office workers* menyatakan bahwa 27 dari 81 *office workers* mengalami disabilitas LBP. Faktor individu yaitu usia memiliki hubungan dengan kejadian LBP ($p\text{-value} = 0,046$), namun jenis kelamin ($p\text{-value} = 0,855$) dan IMT ($p\text{-value} = 0,674$) tidak memiliki hubungan dengan kejadian LBP. Selain itu, faktor pekerjaan yaitu durasi kerja ($p\text{-value} = 0,03$), masa kerja ($p\text{-value} = 0,047$), dan postur kerja ($p\text{-value} = 0,046$) memiliki hubungan dengan kejadian LBP.

Kesimpulan: Usia, durasi kerja, masa kerja, dan postur kerja merupakan faktor risiko kejadian LBP pada *office workers* di PT. PLN Nusantara Power Surabaya. Sebaiknya PT. PLN Nusantara Power Surabaya dapat mengevaluasi stasiun kerja yang digunakan untuk meminimalkan risiko kejadian LBP.

Kata Kunci: LBP, *Office Workers*, Faktor Individu, Faktor Pekerjaan

ABSTRACT

Background: Low Back Pain (LBP) is a musculoskeletal disorder characterized by pain between the lower ribs and buttocks, leading to work limitations. Office workers perform 95% of their tasks using computers while sitting for extended periods, causing muscle strain and increasing LBP prevalence. Individual and occupational factors contribute to LBP. This study analyzes LBP incidence as an indicator of musculoskeletal disorders among office workers at PT. PLN Nusantara Power Surabaya.

Method: This quantitative study used a cross-sectional design. The sample of 81 office workers was selected through simple random sampling. Data were analyzed using Chi-square and Fisher's Exact tests. Respondents were assessed with the Modified Oswestry LBP Questionnaire, Pain ID: A Neuropathic Pain Screen, and Rapid Office Strain Assessment (ROSA).

Results: Statistical analysis showed that 27 out of 81 office workers experienced LBP-related disability. Among individual factors, age was significantly associated with LBP (p - value = 0.046), while gender (p - value = 0.855) and BMI (p - value = 0.674) were not. Occupational factors, including work duration (p - value = 0.03), work period (p - value = 0.047), and work posture (p - value = 0.046), were significantly associated with LBP incidence.

Conclusion: Age, work duration, work period, and work postures are risk factors for LBP among office workers. PT. PLN Nusantara Power Surabaya should evaluate workstation ergonomics to reduce LBP risk.

Keywords: LBP, Office Workers, Individual Factors, Occupational Factors.