

**EFEKTIVITAS EDUKASI TENTANG PENCEGAHAN *LOW BACK PAIN*
TERHADAP PENGETAHUAN MASYARAKAT DI PADUKUHAN
KARANGTALUN KELURAHAN WUKIRSARI
KECAMATAN IMOGIRI BANTUL
YOGYAKARTA**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan (S1)



Oleh

Syarifa Rahma

KPPA2401524

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN (S1)
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA
YOGYAKARTA
2025**

SKRIPSI

**EFEKTIVITAS EDUKASI TENTANG PENCEGAHAN *LOW BACK PAIN*
TERHADAP PENGETAHUAN MASYARAKAT DI PADUKUHAN
KARANGTALUN KELURAHAN WUKIRSARI
KECAMATAN IMOGIRI BANTUL
YOGYAKARTA**

Disusun Oleh:

Syarifa Rahma

KPPA2401524

Telah Dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada tanggal 20 Februari 2026

Ketua Dewan Penguji

Yuli Ernawati, S.Kep, Ns., M.Kep

Pembimbing Utama/Penguji I

Patria Asda, S. Kep., Ns., MPH

Pembimbing Pendamping/Penguji II

Nur Anisah, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp. KJ

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan

Mengetahui

Ketua Prodi Keperawatan Program Sarjana

Yuli Ernawati, S.Kep, Ns., M.Kep

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah puji syukur kehadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan nikmatnya-Nya penyusun akhirnya dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “Efektivitas Edukasi Tentang Pencegahan *Low Back Pain* Terhadap Pengetahuan Masyarakat di Padukuhan Karangtalun Kelurahan Wukirsari Kecamatan Imogiri Bantul Yogyakarta” Skripsi ini disusun sebagai pedoman dalam melaksanakan penelitian tentang pengaruh edukasi terhadap pencegahan *Low Back Pain* di masyarakat Padukuhan Karangtalun.

Penyusun menyadari bahwa dalam penyusunan Skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, arahan, dorongan semangat, motivasi serta doa dari berbagai pihak. Oleh karena itu dengan kerendahan hati penyusun mengungkapkan terima kasih serta penghargaan yang tulus dan ikhlas kepada:

1. Ibu Yuli Ernawati, S.Kep, Ns., M. Kep, selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan (S1) dan sekaligus sebagai penguji utama yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk menimba ilmu di Stikes Wira Husada sehingga dapat menyelesaikan Program Pendidikan ini dengan lancar serta telah memberikan saran dan masukan demi penyempurnaan skripsi.
2. Ibu Patria Asda, S. Kep., Ns., MPH selaku pembimbing utama yang berkenan memberikan saran dan masukan yang bersifat membimbing penulisan serta membantu dalam memberikan ide dalam pengambilan judul proposal skripsi.
3. Ibu Nur Anisah, S. Kep., M. Kep., Sp. KJ selaku dosen pembimbing kedua yang telah memberikan bimbingan, arahan dan masukan sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan ini dengan lancar.

4. Bagian perpustakaan, administrasi akademik dan karyawan Stikes Wira Husada Yogyakarta yang telah menyediakan buku-buku referensi dan membantu kelancaran surat-surat terkait dengan kebutuhan penulis selama berlangsungnya penyusunan proposal skripsi ini.
5. Warga Padukuhan Karangtalun Kelurahan Wukirsari Kecamatan Imogiri Bantul Yogyakarta atas izin yang diberikan untuk melaksanakan penelitian.
6. Cinta pertama sekaligus panutan hidupku, Bapak H. Ambo Nyameng dan pintu surgaku Mama HJ. Firmawaini. Terimakasih atas cinta yang tak bertepe dan pengorbanan yang tak terhingga. Meski beliau tak sempat merasakan bangku perkuliahan, namun beliau telah memberikan segalanya hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sejauh ini. Penulis percaya doa-doa beliau lah yang selalu menyelamatkan dan menuntun penulis melewati masa-masa sulit. Tak lupa kepada kakak tercinta Syafaruddin, S.T dan Alm. Rahmadinah selalu membuat penulis kuat dalam menjalani kuatnya kehidupan ini.
7. Terkhusus sahabat dan teman terkasih Nur Arfarnilla, A. Md. Kep, Dhea Yustisiana, A. Md. Kep, Akmila Maliha Rosyada, A. Md. Kep. Terimakasih sudah menjadi partner bertumbuh di segala kondisi dan tempat berkeluh kesah yang senantiasa menemani penulis dalam keadaan sulit dan senang.

Yogyakarta, November 2025

Penyusun

**EFEKTIVITAS EDUKASI TENTANG PENCEGAHAN *LOW BACK PAIN*
TERHADAP PENGETAHUAN MASYARAKAT DI PADUKUHAN
KARANGTALUN KELURAHAN WUKIRSARI KECAMATAN
IMOGIRI BANTUL YOGYAKARTA**

Syarifa Rahma¹, Patria Asda², Nur Anisah³
Korespondensi: syarifarahma1@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: *Low Back Pain* (LBP) merupakan salah satu masalah muskuloskeletal yang sering dialami masyarakat dan dapat mengganggu aktivitas serta kualitas hidup. Kondisi ini umumnya disebabkan oleh postur kerja yang tidak ergonomis, aktivitas berulang, kebiasaan duduk terlalu lama, serta kurangnya pengetahuan mengenai pencegahan LBP. Data kejadian LBP di Kabupaten Bantul menunjukkan angka yang cukup tinggi, khususnya di Padukuhan Karangtalun. Rendahnya pemahaman masyarakat mengenai pencegahan LBP berpotensi meningkatkan risiko kekambuhan dan komplikasi, sehingga diperlukan upaya promotif dan preventif melalui edukasi kesehatan. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas edukasi tentang pencegahan *Low Back Pain* terhadap tingkat pengetahuan masyarakat di Padukuhan Karangtalun, Kelurahan Wukirsari, Kecamatan Imogiri, Bantul, Yogyakarta. **Metode:** penelitian yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain *pre-eksperimen* menggunakan *one group pre-test and post-test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat berusia 20–60 tahun sebanyak 382 orang, dengan sampel sebanyak 195 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Edukasi diberikan melalui media PowerPoint dan leaflet, sedangkan pengukuran pengetahuan dilakukan menggunakan kuesioner berjumlah 20 item yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik yang sesuai dengan distribusi data. **Hasil:** adanya peningkatan tingkat pengetahuan masyarakat setelah diberikan edukasi tentang pencegahan *Low Back Pain* dibandingkan sebelum edukasi. Edukasi kesehatan terbukti efektif dalam meningkatkan pemahaman masyarakat mengenai faktor risiko, tanda dan gejala, serta cara pencegahan LBP. **Kesimpulan:** penelitian ini adalah edukasi tentang pencegahan *Low Back Pain* efektif dalam meningkatkan tingkat pengetahuan masyarakat. Disarankan agar edukasi kesehatan terkait LBP dapat dilakukan secara berkelanjutan dan terintegrasi dalam kegiatan pelayanan kesehatan masyarakat guna menurunkan angka kejadian dan kekambuhan LBP.

Kata kunci: edukasi kesehatan, *low back pain*, pengetahuan, masyarakat

ABSTRACT

Introduction: Low Back Pain (LBP) is a musculoskeletal problem that is often experienced by the community and can interfere with activities and quality of life. This condition is generally caused by non-ergonomic work postures, repetitive activities, prolonged sitting habits, and lack of knowledge about LBP prevention. Data on LBP incidence in Bantul Regency shows a fairly high number, especially in Karangtalun Hamlet. The low public understanding of LBP prevention has the potential to increase the risk of recurrence and complications, so promotive and preventive efforts are needed through health education. **Objective:** This study aims to determine the effectiveness of education about Low Back Pain prevention on the level of public knowledge in Karangtalun Hamlet, Wukirsari Village, Imogiri District, Bantul, Yogyakarta. **Method:** The study used a quantitative study with a pre-experimental design using one group pre-test and post-test design. The population in this study was 382 people aged 20–60 years, with a sample of 195 respondents selected using a purposive sampling technique. Education was provided through PowerPoint presentations and leaflets, while knowledge was measured using a 20-item questionnaire that had been tested for validity and reliability. Data were analyzed univariately and bivariately using statistical tests appropriate to the data distribution. **Results:** There was an increase in the community's knowledge level after education on low back pain prevention compared to before education. Health education proved effective in increasing the community's understanding of risk factors, signs and symptoms, and how to prevent low back pain. **Conclusion:** This study found that education on low back pain prevention was effective in increasing the community's knowledge level. It is recommended that health education related to low back pain be implemented sustainably and integrated into community health service activities to reduce the incidence and recurrence of low back pain.

Keywords: health education, low back pain, knowledge, community

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
ABSTRAK	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian.....	8
E. Ruang Lingkup Penelitian	8
F. Keaslian Penelitan	10
BAB II TINJAUAN TEORI	12
A. Landasan Teori	12
1. Tinjauan Umum <i>Low Back Pain</i>	12
a. Definisi <i>Low Back Pain</i>	12
b. Klasifikasi <i>Low Back Pain</i>	13
c. Etiologi <i>Low Back Pain</i>	15

d. Gejala <i>Low Back Pain</i>	16
e. Penatalaksanaan	17
f. Pemeriksaan Diagnostik	18
g. Pekerjaan yang Mempengaruhi LBP	19
h. Faktor Risiko LBP	24
i. Pencegahan LBP	34
j. Jenis Instrumen LBP	35
2. Konsep Edukasi	39
a. Definisi Edukasi	39
b. Macam-macam Edukasi	39
c. Tujuan Edukasi	40
d. Metode Edukasi	40
3. Konsep Pengetahuan	42
a. Definisi tingkat pengetahuan.....	42
b. Kriteria pengetahuan	43
c. Faktor yang memengaruhi pengetahuan	43
B. Kerangka Teori	46
C. Kerangka Konsep	47
D. Hipotesis pertanyaan penelitian	47
BAB III METODE PENELITIAN	48
A. Jenis Rancangan Penelitian	48
B. Waktu dan Tempat Penelitian	49
C. Populasi dan Sampel	49

D. Variabel Penelitian	52
E. Definisi Operasional	52
F. Alat Penelitian	53
G. Uji Kesasihan dan Keandalan	56
H. Pengolahan Data dan Analisis Data	58
I. Jalannya Pelaksanaan Penelitian	65
J. Etika Penelitian	67
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	71
A. Hasil Penelitian	71
1. Profil Lokasi Penelitian	71
2. Hasil	72
a. Data Umum Hasil Penelitian	72
b. Data Khusus Hasil Responden	74
B. Pembahasan	77
1. Mengidentifikasi Karakteristik Responden	77
2. Mengidentifikasi Pengetahuan Masyarakat Sebelum Edukasi	82
3. Mengidentifikasi Pengetahuan Masyarakat Sesudah Edukasi	84
4. Menganalisa Efektivitas Edukasi	86
C. Keterbatasan Penelitian	88
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	89
A. Kesimpulan	89
B. Saran	90
DAFTAR PUSTAKA	92

LAMPIRAN	95
-----------------------	-----------

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	10
Tabel 3.1 Definisi Operasional	52
Tabel 3.2 Kisi-kisi Kuesioner	55
Tabel 4.1 Frekuensi Karakteristik Responden	72
Tabel 4.2 <i>Pre-Test</i> Edukasi Pencegahan LBP Terhadap Pengetahuan	74
Tabel 4.3 <i>Post-test</i> Edukasi Pencegahan LBP Terhadap Pengetahuan	74
Tabel 4.4 Efektifitas Edukasi Pencegahan LBP Terhadap Pengetahuan	75

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori	46
Gambar 2.2 kerangka Konsep	47
Gambar 3.1 Rancangan Penelitian	48
Gambar 4.1 Lokasi Penelitian	71

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1.1 Hasil Uji Validitas Kuesioner	96
Lampiran 1.2 Jadwal Pelaksanaan Penelitian	97
Lampiran 1.3 Surat Permohonan Menjadi Responden	98
Lampiran 1.4 Informed Consent	99
Lampiran 1.5 Surat Pernyataan Kesiapan Asisten Peneliti	100
Lampiran 1.6 Kuesioner Penelitian	101
Lampiran 1.7 Satuan Acara Penyuluhan	103
Lampiran 1.8 Media Leaflet	107
Lampiran 1.9 <i>Power Point</i>	108
Lampiran 1.10 Studi Pendahuluan	110
Lampiran 1.11 Surat Etik	115
Lampiran 1.12 Dokumentasi	116

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Low Back Pain (LBP) adalah kondisi muskuloskeletal yang muncul akibat tekanan berulang dari beban berat, dapat menyebabkan kerusakan permanen pada jaringan otot dan tulang jika tidak dihentikan. Apabila beban terlalu lama terus diberikan pada otot, hal ini dapat memicu gejala terkait kerusakan tendon, ligamen, dan sendi. LBP dapat dijelaskan sebagai nyeri muskuloskeletal yang bersumber dari tulang belakang bagian bawah dan menjalar hingga ke area gluteus (Kreiner et al., 2021).

Di era modern ini, kesadaran tentang pentingnya merawat kesehatan semakin mendesak. Kegiatan yang berlebihan dan tidak sesuai dengan standar dapat menjadi faktor penyebab munculnya masalah kesehatan. Aktivitas fisik yang berat, seperti mengangkat beban yang sangat berat, melakukan gerakan yang sama secara terus-menerus dalam jenis pekerjaan tertentu, atau berlama-lama duduk dalam posisi yang tidak tepat secara ergonomis, dapat menimbulkan stres serta ketegangan pada otot dan struktur tulang belakang (Yuli, 2020).

Low Back Pain (LBP) terjadi akibat faktor biomekanik yang berhubungan dengan posisi kerja yang tidak ergonomis. Tekanan intradiskal yang meningkat dapat menyebabkan dehidrasi dan degenerasi diskus lebih cepat, meningkatkan risiko herniasi nukleus pulposus yang berpotensi menekan akar saraf dan

menimbulkan nyeri. Selain itu, postur yang tidak ergonomis juga menyebabkan ketidakseimbangan antara kelompok otot fleksor dan ekstensor lumbal serta gangguan stabilitas dari ligamen dan fasia. Otot-otot paraspinal juga dapat mengalami kejang atau ketegangan akibat posisi tubuh yang tidak tepat, yang menyebabkan ketidak seimbangan otot dan meningkatkan risiko cedera. Seiring waktu, stres mekanis yang terus menerus ini dapat menyebabkan penurunan fungsi dan mobilitas, sehingga berpotensi menurunkan kemampuan petani dalam melakukan pekerjaan mereka. (Syahidur & Aini, 2025)

Berdasarkan Riskesdas Yogyakarta, di tahun 2019, tingkat kejadian *Low Back Pain* di provinsi Yogyakarta meliputi, Kulonprogo 11,29%, Bantul 10,55%, Gunung Kidul 8,80%, Sleman 6,78%, dan Yogyakarta 11,85% (Muhammad, 2023). Bantul merupakan tempat dimana kondisi kerja yang tidak ergonomis seperti melibatkan posisi duduk yang lama tanpa adanya penyangga serta membungkuk terus menerus tanpa perubahan, kondisi pemukiman dan lingkungan bantul berkontribusi pada kualitas hidup yang menurun dan dapat berdampak pada kesehatan termasuk potensi LBP, dan daerah bantul juga masih kurang dalam fasilitas penunjang kesehatan kerja serta durasi kerja yang lama (Lestari, 2023). Maka dari itu peneliti tertarik melakukan penelitian di daerah Bantul.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Dinas Kesehatan Bantul tahun 2025 angka kejadian LBP dilaporkan mencapai 5.678 kasus. Puskesmas yang tercatat dalam kasus LBP tertinggi di daerah bantul, yaitu Puskesmas Imogiri I mencapai 1.160 kasus, Puskesmas Imogiri II mencapai 1.121 kasus, dan

Puskesmas Bantul I mencapai 1.078 kasus LBP. Dari data yang didapatkan peneliti melalui data Puskesmas Imogiri I bahwa data LBP tertinggi terdapat di kelurahan Wukirsari dengan angka kejadian 482 kasus. Khususnya angka kejadian yang terbanyak di kelurahan tersebut, yaitu Padukuhan Karangtalun dengan 92 kasus.

Dapat kita ketahui bahwa LBP harus segera ditangani, jika tidak akan menyebabkan penyakit diskus lumbalis, meningitis, trauma hingga terjadi fraktur (Husna, 2021). Mencegah terjadi komplikasi pada LBP diperlukan adanya pengetahuan. Sejumlah fakta menunjukkan bahwa pengetahuan itu terdiri dari beberapa teori yang merupakan salah satu alternatif dalam memecahkan suatu masalah yang dihadapi oleh penderita penyakit LBP. Pengetahuan bisa didapatkan dari pengalaman langsung penderita maupun adanya pengalaman dari orang lain (Pandjukung, 2020). Berdasarkan peneliti sebelumnya yang dilakukan oleh Arwa et al., (2024) yang berjudul “Pengaruh Edukasi *Low Back Pain* Menggunakan Pamflet terhadap Pengetahuan Masyarakat di Desa Candisari, Banyuurip, Purworejo” dapat disimpulkan bahwa rata-rata skor pengetahuan peserta meningkat dari sebelumnya diberikan edukasi serta pemberian edukasi dengan menggunakan pamflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang *Low Back Pain*.

Berdasarkan data Padukuhan Karangtalun, terdapat delapan Rukun Tetangga (RT). Pada RT 1, 2, 3, 4, dan 5, sebagian besar warganya merantau sehingga sulit untuk memperoleh data dan mengumpulkan warga dalam kegiatan penelitian. Peneliti memilih RT 6, 7, dan 8 karena mayoritas

masyarakat di wilayah tersebut berisiko mengalami *Low Back Pain*. Hal ini terlihat dari jenis pekerjaan mereka yang umumnya sebagai pembatik, petani dan ibu rumah tangga, dimana aktivitas sehari-hari mengharuskan mereka berada dalam posisi duduk lama, membungkuk, serta melakukan gerakan berulang. Berdasarkan hasil observasi awal, para pembatik cenderung duduk di kursi rendah dengan posisi punggung membungkuk ke depan untuk menjangkau kain, sementara petani banyak melakukan aktivitas menanam, mencangkul, dan memanen dengan posisi tubuh membungkuk atau setengah jongkok dalam durasi panjang. Selain itu, ibu rumah tangga juga sering melakukan pekerjaan seperti mencuci, mengepel, menyapu, dan mengangkat barang-barang rumah tangga dengan posisi membungkuk atau menunduk dalam waktu cukup lama. Kondisi postur kerja yang tidak ergonomis tersebut diduga kuat kontribusi terhadap meningkatnya risiko keluhan *Low Back Pain* pada masyarakat di ketiga RT tersebut. Peneliti melakukan wawancara di salah satu RT tersebut, di dapatkan 5 masyarakat yang bekerja sebagai petani pernah mengalami LBP mengatakan bahwa hal yang dirasakan yaitu, sensasi panas disekitar punggung, merasakan nyeri saat melakukan aktivitas berat sehingga mobilitas menjadi terganggu, serta mengeluh kesulitan tidur diakibatkan nyeri yang dirasakan. Penanganan yang sering masyarakat lakukan dengan mengonsumsi obat nyeri serta melakukan kompres hangat didaerah yang dirasakan nyeri. Dampak yang dirasakan akibat dari LBP tersebut pada masyarakat yaitu, aktivitas sehari-hari menjadi terganggu, pekerjaan yang menjadi tidak maksimal, merasakan gelisah diakibatkan sakit yang terus-

menerus, serta kesulitan dalam pergaulan yang diakibatkan kesulitan dalam mobilitas. Penjelasan diatas, didapatkan bahwa penanganan tersebut efektif tetapi hanya untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakan dalam satu hari. Tetapi tidak mengetahui bagaimana cara penanganan atau pencegahan LBP untuk tidak kambuh lagi.

Meskipun data awal menunjukkan bahwa pembatik dan petani merupakan kelompok yang banyak mengalami keluhan *Low Back Pain* (LBP) akibat posisi kerja yang monoton dan tidak ergonomis, namun pada dasarnya LBP bukan hanya masalah pada pekerjaan tertentu, melainkan dapat dialami oleh siapa saja dengan berbagai latar belakang profesi. Hal ini dikarenakan LBP memiliki beragam faktor risiko yang umum terjadi pada hampir seluruh lapisan masyarakat, seperti kebiasaan duduk terlalu lama, aktivitas rumah tangga yang berulang, kurangnya aktivitas fisik, serta postur tubuh yang salah saat melakukan pekerjaan sehari-hari. Selain itu, masyarakat dengan pekerjaan lain seperti ibu rumah tangga, pekerja kantoran, buruh industri, penjual, pengemudi, maupun pekerja informal juga melakukan aktivitas fisik yang dapat menimbulkan tekanan pada tulang belakang, misalnya mengangkat beban, membungkuk berulang, berdiri lama, atau duduk tanpa sandaran. Posisi-posisi tersebut secara kumulatif dapat meningkatkan risiko terjadinya LBP, meskipun tidak terkait langsung dengan pekerjaan berat.

Dengan demikian, peneliti melakukan penelitian secara lebih luas pada masyarakat umum memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai “pengetahuan tentang pencegahan LBP”, bukan hanya pada kelompok

pekerjaan tertentu. Penelitian ini juga tidak bertujuan mendiagnosis atau mengobati, tetapi lebih pada memberikan edukasi agar masyarakat dapat memahami pencegahan LBP sejak dini melalui postur yang benar, olahraga ringan, ergonomi sederhana, dan kebiasaan sehat lainnya. Pendekatan edukatif ini penting diberikan kepada seluruh masyarakat karena pengetahuan merupakan langkah pencegahan utama untuk menurunkan kejadian LBP dan mencegah kekambuhan. Semakin banyak kelompok masyarakat menerima edukasi, semakin besar peluang terjadinya perubahan perilaku yang positif terhadap kesehatan tulang belakang dan kualitas hidup sehari-hari. Oleh karena itu, peneliti memperluas cakupan responden tidak hanya pada pembatik, namun juga pada masyarakat dengan pekerjaan lain yang sama-sama memiliki risiko terhadap LBP. Sehingga, peneliti berminat untuk melakukan penelitian dengan judul "Efektivitas Edukasi Tentang Pencegahan *Low Back Pain* terhadap Pengetahuan Masyarakat di Padukuhan Karangtalun Kelurahan Wukirsari Kecamatan Imogiri Bantul Yogyakarta".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan konteks permasalahan yang telah disebutkan, maka pertanyaan utama dalam proposal penelitian ini berfokus pada isu tersebut, yakni "Efektivitas Edukasi Tentang Pencegahan *Low Back Pain* terhadap Pengetahuan Masyarakat di Padukuhan Karangtalun Kelurahan Wukirsari Kecamatan Imogiri Bantul Yogyakarta".

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi "Efektivitas Edukasi Tentang Pencegahan *Low Back Pain* terhadap Pengetahuan Masyarakat di Padukuhan Karangtalun Kelurahan Wukirsari Kecamatan Imogiri Bantul Yogyakarta".

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin, usia, pendidikan, pekerjaan, keluhan *Low Back Pain* dan riwayat *Low Back Pain* pada Masyarakat di Padukuhan Karangtalun.
- b. Mengidentifikasi pengetahuan masyarakat sebelum dilakukan edukasi mengenai pencegahan *Low Back Pain* pada Masyarakat di Padukuhan Karangtalun.
- c. Mengidentifikasi pengetahuan masyarakat setelah dilakukan edukasi mengenai pencegahan *Low Back Pain* pada Masyarakat di Padukuhan Karangtalun.
- d. Menganalisa Efektivitas Edukasi Pencegahan *Low Back Pain* Terhadap Pengetahuan Pada Masyarakat Padukuhan Karangtalun.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Untuk menambah referensi dan memberikan informasi tentang penerapan edukasi pada masyarakat dan seberapa besar pengaruhnya terhadap tingkat pengetahuan *Low Back Pain*.

2. Bagi Kader Kesehatan

Dapat digunakan sebagai dasar dalam melaksanakan kegiatan penyuluhan kesehatan di masyarakat secara lebih terarah, sistematis, dan efektif.

3. Bagi Institusi

Dapat digunakan sebagai bahan kajian dalam pembelajaran, sumber informasi terutama pada mata kuliah Keperawatan Komunitas dalam memberikan pengaruh edukasi terhadap tingkat pengetahuan masyarakat mengenai *Low Back Pain*.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan bacaan atau referensi bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan pengaruh edukasi tingkat pengetahuan masyarakat mengenai *Low Back Pain* serta untuk menambah intervensi lainnya.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Materi

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup Keperawatan Komunitas.

2. Responden

Masyarakat RT 6, RT 7 dan RT 8 Padukuhan Karangtalun.

3. Tempat

Penelitian ini dilakukan di balai desa atau rumah ibu Dukuh

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1
Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Husna Arwa Salsabil, Aan Ika Sugathot, Nurul Rachmah Alia Fitri (2024)	Pengaruh Edukasi <i>Low Back Pain</i> Menggunakan Pamflet terhadap Pengetahuan Masyarakat di Desa Candisari, Banyuurip, Purworejo	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode Pre-Eksperimen dan jenis desain <i>one group pre-test and post-test</i> . Media yang digunakan untuk pemberian edukasi yaitu pamflet	Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan adanya perbedaan tingkat pengetahuan masyarakat sebelum dan setelah diberikan edukasi mengenai <i>Low Back Pain</i> . Penelitian ini menunjukkan bahwa edukasi dengan menggunakan pamflet efektif dalam meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang <i>Low Back Pain</i> .	Kedua penelitian sama-sama melakukan penelitian dengan variabel terikat yaitu tingkat pengetahuan. Metode penelitian yang dilakukan peneliti sebelumnya sama dengan peneliti yang akan dilakukan sekarang yaitu melakukan pretest dan posttest.	Peneliti sebelumnya mendapatkan sampel sebanyak 50 responden dan dilakukan di Purworejo, sedangkan pada peneliti sekarang jumlah sampel sebanyak 195 responden dan dilakukan di Yogyakarta
2.	Puriani, A. D., & Rosidah, N. (2025)	Edukasi Posisi Ergonomi Dalam Bekerja Sebagai Upaya Preventif Terhadap Kasus <i>Low Back Pain</i> Pada Petani di Desa Padomasan	Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan Deskriptif kuantitatif. Media yang digunakan untuk memberikan edukasi kepada para petani adalah leaflet.	Metode yang digunakan dalam kegiatan edukasi melibatkan pemberian penyuluhan mengenai, definisi postur tubuh, faktor risiko kelainan postur tubuh, posisi ergonomi yang baik saat bekerja, serta penjelasan mengenai	Kedua penelitian sama-sama berfokus pada pencegahan LBP melalui edukasi dengan hasil evaluasi <i>pre-test</i> dan <i>post-test</i> .	Peneliti sebelumnya berfokus pada penelitian dengan posisi kerja, sedangkan pada peneliti sekarang berfokus pada pengetahuan umum

				<i>Low Back Pain</i>. Edukasi posisi ergonomis menurunkan keluhan nyeri punggung bawah. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pemahaman pada 20 subjek dari 0% menjadi 100%.		serta pencegahan mengenai LBP
3.	Dwianto Heri Ignatius, Yuni Kurniawaty, Sri Winarni (2024)	Tingkat Pengetahuan Kader Kesehatan Desa Gisik Cemandi Sedati Sidoarjo Tentang <i>Low Back Pain</i> (Nyeri Punggung Bawah)	Penelitian tersebut menggunakan metode kuantitatif dengan desain pre-eksperimental one group pre-test dan post-test, dimana tingkat pengetahuan responden diukur sebelum dan sesudah diberikan edukasi kesehatan.	Hasil penelitian Dwianto (2024) menunjukkan bahwa terdapat peningkatan tingkat pengetahuan yang signifikan setelah diberikan edukasi kesehatan mengenai <i>Low Back Pain</i> .	sama-sama menggunakan pendekatan kuantitatif dengan pengukuran tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah pemberian edukasi kesehatan mengenai <i>Low Back Pain</i> . Selain itu, kedua penelitian juga bertujuan untuk menilai efektivitas edukasi kesehatan sebagai upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan pengetahuan tentang <i>Low Back Pain</i> .	penelitian Dwianto (2024) dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti terletak pada subjek dan lokasi penelitian. Penelitian Dwianto (2024) dilakukan pada kader kesehatan di Desa Gisikcemandi, sedangkan penelitian ini dilakukan pada masyarakat Padukuhan Karangtalun.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di masyarakat Padukuhan Karangtalun Kelurahan Wukirsari, Imogiri Bantul, Yogyakarta tahun 2026 dapat disimpulkan bahwa:

1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pada masyarakat Padukuhan Karangtalun, sebagian besar berjenis kelamin perempuan sebanyak 133 responden (68,2%), berdasarkan usia sebagian besar berusia 36-50 tahun sebanyak 129 responden (66,2%), berdasarkan pendidikan sebagian besar berpendidikan SMA sebanyak 114 responden (58,5%), berdasarkan pekerjaan sebagian besar bekerja sebagai IRT sebanyak 63 responden (32,3%), berdasarkan keluhan *Low Back Pain* sebagian besar keluhan LBP kurang dari 5 tahun sebanyak 94 responden (48,2%), dan berdasarkan terpaparnya informasi pada masyarakat Padukuhan Karangtalun sebagian besar belum terpapar informasi sebanyak 103 responden (52,8%).
2. Pengetahuan masyarakat sebelum dilakukan edukasi mengenai pencegahan *Low Back Pain* pada masyarakat padukuhan karangtalun, sebagian besar termasuk kategori pengetahuan cukup sebanyak 87 responden (44,6%).

3. Pengetahuan masyarakat setelah dilakukan edukasi mengenai pencegahan *Low Back Pain* pada masyarakat padukuhan karangtalun, sebagian besar termasuk kategori pengetahuan baik sebanyak 125 responden (64,1%).
4. Terdapat efektivitas edukasi pencegahan *Low Back Pain* yang signifikan terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat, yang ditunjukkan oleh perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan edukasi, dengan hasil uji statistik Wilcoxon menunjukkan nilai Z sebesar $-10,415$ dan nilai probabilitas (Sig.) $p < 0,05$.

B. SARAN

1. Bagi Masyarakat Padukuhan Karangtalun

Masyarakat Padukuhan Karangtalun diharapkan dapat menerapkan pengetahuan yang telah diperoleh dari edukasi pencegahan *Low Back Pain* dalam kehidupan sehari-hari, khususnya dalam menjaga postur tubuh yang benar, melakukan aktivitas fisik secara ergonomis, serta melakukan peregangan secara rutin. Selain itu, masyarakat disarankan untuk lebih aktif mengikuti kegiatan edukasi kesehatan yang diselenggarakan oleh tenaga kesehatan atau institusi terkait guna meningkatkan pengetahuan dan mencegah terjadinya maupun kekambuhan *Low Back Pain*.

2. Bagi Kader Kesehatan

Kader kesehatan disarankan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan melalui pelatihan atau penyuluhan kesehatan sehingga mampu menyampaikan informasi yang benar, jelas, dan mudah dipahami

oleh masyarakat. Selain itu, kader kesehatan juga diharapkan dapat menjadi penghubung antara tenaga kesehatan dan masyarakat dalam menyebarluaskan informasi kesehatan, khususnya terkait pentingnya menjaga postur tubuh yang benar, melakukan aktivitas fisik secara ergonomis, serta menerapkan langkah pencegahan *Low Back Pain* dalam kehidupan sehari-hari. Dengan keterlibatan kader kesehatan secara aktif, diharapkan upaya promotif dan preventif di masyarakat dapat berjalan lebih efektif dan berkelanjutan.

3. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi bagi perpustakaan dan mahasiswa STIKES Wira Husada Yogyakarta tentang efektivitas edukasi pencegahan LBP terhadap pengetahuan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan desain penelitian yang lebih kuat, seperti melibatkan kelompok kontrol, menambah jumlah sampel, serta memperpanjang waktu evaluasi untuk menilai keberlanjutan pengetahuan dan perubahan perilaku masyarakat. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat mengkaji efektivitas berbagai metode dan media edukasi, serta menilai perubahan sikap dan perilaku pencegahan *Low Back Pain* secara lebih komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Albazli, K., & Alotaibi, M. (2021). *Low-Back Pain*.
- Anggraika, P. (2019). HUBUNGAN POSISI DUDUK DENGAN KEJADIAN LOW BACK PAIN (LBP) PADA PEGAWAI STIKES. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 4. <https://doi.org/10.36729/jam.v4i1.227>
- Arwa, H., Sugathot, Salsabil, A. I., & Fitri, N. R. A. (2024). Pengaruh Edukasi Low Back Pain Menggunakan Pamflet terhadap Pengetahuan Masyarakat di Desa Candisari, Banyuurip, Purworejo. *Jurnal Formil (Forum Ilmiah Kesmas Respati*, 9(3), 247. <https://doi.org/10.35842/formil.v9i3.568>
- Asda, P., & Wayon, A. F. (2017). *SLEMAN YOGYAKARTA*. 4(September), 217–220.
- Dwianto, I. H., Kurniawaty, Y., Winarni, S., Katolik, S., & Vincentius, S. (2024). *CEMANDI SEDATI SIDOARJO TENTANG LOW BACK PAIN (NYERI PUNGGUNG BAWAH) ditabulasi dan dianalisis secara statistik*.
- Fitriani, A. (2018). *Intervensi, Pengaruh Menggunakan, Penyuluhan Leaflet, Media Perubahan, Terhadap Mengenai, Pengetahuan Bahaya, Potensi Kontak, Dermatitis Pencegahannya, D A N Pekerja, Pada Service, Cleaning Syarif, U I N Jakarta, Hidayatullah Studi, Program Masyarakat, Ke*.
- Heri Gunawan, Puspita, A., Hetty Hernany, D., Salsabila, F., & Netiska, T. (2024). Komunikasi Pembangunan Dalam Mengedukasi Masyarakat Terhadap Program Pemberian Makanan Tambahan (PMT) Untuk Mencegah Stunting Di Kelurahan Sungai Baru Kec. Banjarmasin Tengah. *Journal on Education*, 07(01), 7434–7435.
- Husna, M., Munir, B., & Nandar, S. (2021). *Low back pain*. May, 1–6. <https://doi.org/10.21776/ub.jphv.2021.002.01.4>
- I Putu Ivan Cahya H1, A. G. Y. A. (2020). Prevalensi Nyeri Punggung Bawah

Pada Tahun 2014-2015 Di RSUP Sanglah Denpasar. *Jurnal Medika Udayana*, 9(6), 35–39.

Indrayani, T., & Syafar, M. (2020). *Promosi Kesehatan*.

Kreiner, D. S., Matz, P., Bono, C. M., Cho, C. H., Easa, J. E., Ghiselli, G., Ghogawala, Z., Reitman, C. A., Resnick, D. K., Watters, W. C., Annaswamy, T. M., Baisden, J., Bartynski, W. S., Bess, S., Brewer, R. P., Cassidy, R. C., Cheng, D. S., Christie, S. D., Chutkan, N. B., ... Yahiro, A. M. (2021). Corrigendum to “Guideline summary review: an evidence-based clinical guideline for the diagnosis and treatment of low back pain” [The Spine Journal 20/7 (2020) p 998-1024](S1529943020301418)(10.1016/j.spinee.2020.04.006). *Spine Journal*, 21(4), 726–727. <https://doi.org/10.1016/j.spinee.2021.02.006>

Lestari, A. (2023). *Hubungan Usia Dan Lama Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pengrajin Betik Tulis Di Bantul .pdf*.

Muhammad, A. (2023). *NASPUB_Muhammad Andika Noor Romadhoni_1910301078 - Muhammad Andika*.

Musturah. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi* (Issue March).

Notoatmodjo. (2018a). *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. In *Jakarta: Rineka Cipta*.

Notoatmodjo. (2019). *Metodologi Penelitian Kesehatan* Notoatmodjo S, editor. In *Jakarta: PT. Rineka Cipta* (pp. 139–142).

Notoatmodjo, S. (2018b). *Metodologi Penelitian Kesehatan* Notoatmodjo S, editor. In *Jakarta: PT. Rineka Cipta* (pp. 139–142).

Nur, A. (2024). *Hubungan pengetahuan kepala keluarga tentang covid-19 dengan kecemasan di padukuhan pugeran, maguwoharjo, sleman*. 13(April), 31–39.

Pandjukang, A. P., Hutasoit, R. M., & Damanik, E. M. B. (2020). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Pada Penderita Nyeri Punggung Bawah (Low Back Pain) Dengan Komorbid Diabetes Melitus Di Rsud. *Cendana Medical Journal*, 19(1), 9–15.

Puriani, A. D., & Rosidah, N. (2025). *Edukasi Posisi Ergonomi Dalam Bekerja Sebagai Upaya Preventif Terhadap Kasus Low Back Pain Pada Petani di Desa Padomasan*. 3(8), 4125–4133.

Rizki, M. M., & Saftarina, F. (2020). Tatalaksana Medikamentosa pada Low Back Pain Kronis. *Majority*, 9(1), 2–3.

Sahara, R., & Pristya, T. Y. (2020). Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Low Back Pain (LBP) pada Pekerja: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 19(3), 92–99.

Sugiyono, D. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan Tindakan*.

Syahidur, R. F., & Aini, R. N. (2025). Edukasi Posisi Ergonomis untuk Mengurangi Resiko Low Back Pain pada Kelompok Tani di Desa Bebanir, Bangun. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 3(2), 310–316.

Wuni, C., Dewi, R. S., Harahap, P. S., Studi, P., Masyarakat, K., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Ibu, H. (2021). Pengaruh Penggunaan Kurtepung (Kursi Terapi Punggung) dalam Menurunkan Keluhan Low Back Pain (LBP) pada Pekerja Batik Tulis The Effect of Using Kurtepung (Kursi Terapi Punggung) in Reducing Complaints of Low Back Pain (LBP) in Batik Workers. *Arkesmas*, 6, 25–28.

Yuli. (2020). Literature Review : Faktor Yang Berhubungan Dengan Rheumatoid Arthritis Pada Lansia. *Nursing Arts*, 14(1), 7–12.
<https://doi.org/10.36741/jna.v14i1.103>