

ABSTRAK

Edeline Samudra (01071200001)

HUBUNGAN ANTARA KUALITAS TIDUR DENGAN PREVALENSI *LOW BACK PAIN* PADA MAHASISWA PRE-KLINIK FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN

Latar belakang : *Low back pain* merupakan salah satu masalah kesehatan yang cukup umum terjadi, baik di dunia maupun Indonesia, dan dapat berujung pada pembatasan aktivitas seseorang. Sering kali *low back pain* hanya diperhatikan pada kalangan orang dewasa dan lansia, padahal prevalensi pada kalangan mahasiswa juga cukup tinggi, terutama pada mahasiswa kedokteran. Ada berbagai faktor yang dapat berujung pada *low back pain*, salah satunya adalah kualitas tidur yang buruk, dimana hal ini juga masih menjadi masalah yang umum bagi mahasiswa kedokteran. Hal ini dikarenakan adanya mekanisme langsung dan tidak langsung yang keduanya dapat berujung pada peningkatan sensitivitas dari jaringan yang rusak. Hal ini didukung dengan adanya beberapa studi yang menyatakan adanya hubungan antara kualitas tidur dengan prevalensi *low back pain*, namun adapula yang tidak menemukan hubungan yang signifikan.

Tujuan penelitian : Mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan prevalensi *low back pain* pada mahasiswa pre-klinik FK UPH.

Metodologi : Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 2023 dengan metode *cross-sectional* dan desain analitik komparatif kategorik tidak berpasangan. Bahan penelitian yang digunakan adalah kuesioner *Nordic Musculoskeletal Questionnaire*, *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*, *International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)*, dan *Perceived Stress Scale (PSS)*. Penelitian ini ditargetkan kepada seluruh mahasiswa pre-klinik FK UPH sebagai populasi, dengan 96 sampel minimal yang dipilih menggunakan teknik *consecutive sampling*. Data yang terkumpul dikelompokkan pada *Microsoft Excel*, kemudian dianalisa dengan *SPSS Statistics*, dan diuji menggunakan metode *Fisher's Exact Test*.

Hasil : Penelitian melibatkan sejumlah 129 orang sampel dengan 98 (76%) orang diantaranya pernah mengalami *low back pain* dalam 12 bulan terakhir, dan 113 (87,6%) orang diantaranya memiliki kualitas tidur buruk.

Kesimpulan : Hasil penelitian tidak menunjukkan hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dan *low back pain* pada mahasiswa pre-klinik FK UPH ($p = 0,212$ dan $OR = 2,112$).

Kata kunci : Kualitas tidur, *low back pain*, mahasiswa pre-klinik FK UPH

Referensi : 92

ABSTRACT

Edeline Samudra (01071200001)

THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND PREVALENCE OF LOW BACK PAIN IN PRE-CLINICAL STUDENTS FACULTY OF MEDICINE IN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN

Background : Low back pain is one of the most common health problems, both in the world and in Indonesia, and can lead to restrictions on a person's activities. Most of the time, low back pain is only noticed among adults and the elderly, but its prevalence among students is also quite high, especially among medical students. There are various factors that can lead to low back pain, one of them is poor sleep quality which is also a common problem for medical students. This is due to both indirect and direct mechanism that may result in increased sensitivity of damaged tissues. This is supported by several studies that have found significant relationship between sleep quality and the prevalence of low back pain, but some did not find strong relationship between them.

Objective : To determine the relationship between sleep quality and the prevalence of low back pain in pre-clinic medical students of UPH.

Methodology : The study was conducted in January 2023 with a cross-sectional method and an unpaired categorical comparative analytical design. The materials that were used in this research consist of Musculoskeletal Questionnaire, Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), International Physical Activity Questionnaire (IPAQ), and Perceived Stress Scale (PSS). The population for this research was targeted at pre-clinical medical students of UPH, with 96 minimum sample selected using consecutive sampling technique. The collected data was grouped in Microsoft Excel, then analysed with SPSS Statistics, and tested using the Fisher's Exact Test method.

Result : The study involved a sample of 129 people, with 98 (76%) experienced low back pain in the last 12 months and 113 (87.6%) had poor sleep quality.

Conclusion : The results did not show a significant relationship between sleep quality and low back pain in UPH FK pre-clinical students ($p = 0.212$ and $OR = 2.112$).

Keywords : Sleep quality, low back pain, UPH FK pre-clinical students

Reference : 92