

**HUBUNGAN *SCHOOL FROM HOME* TERHADAP
PENINGKATAN GEJALA *LOW BACK PAIN*
PADA MAHASISWA DI ERA COVID-19**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh :

Zain Naufal
1710301158

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI S1
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYAH
YOGYAKARTA
2021**

**HUBUNGAN *SCHOOL FROM HOME* TERHADAP
PENINGKATAN GEJALA *LOW BACK PAIN*
PADA MAHASISWA DI ERA COVID-19**

NASKAH PUBLIKASI

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui untuk Dipublikasikan
Program Studi Fisioterapi S1 Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta



Disusun Oleh :

Zain Naufal
1710301158

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI S1
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH
YOGYAKARTA
2021**

SURAT PERNYATAAN TIDAK PUBLIKASI JURNAL PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zain Naufal
NIM : 1710301158
Prodi : Fisioterapi S1
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Judul Skripsi : Hubungan *School Frome Home* terhadap peningkatan gejala *Low Back Pain* pada mahasiswa si Era COVID-19

Dengan ini saya menyatakan bahwa tidak mempublikasikan jurnal penelitian saya melalui perpustakaan.

Demikian pernyataan ini saya buat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 21 Juli 2021

Mengetahui,
Dosen Pembimbing



Nurwahida Puspitasari, SSt.Ft., M.OR.



unisa
Universitas 'Aisyah Yogyakarta

HUBUNGAN *SCHOOL FROM HOME* TERHADAP PENINGKATAN GEJALA *LOW BACK PAIN* PADA MAHASISWA DI ERA COVID-19¹

Zain Naufal², Nurwahida Puspitasari³

ABSTRAK

Latar Belakang : Pembelajaran *School Frome Home* (SFH) merupakan sebuah proses pembelajaran yang dilakukan oleh siswa dan guru di rumah masing-masing yang dilakukan dengan bantuan media berupa perangkat elektronik smart phone ataupun laptop yang terhubung melalui jaringan internet. Mengakibatkan mahasiswa lebih banyak menghabiskan waktu di depan smartphome dan laptop mereka yang mengakibatkan mahasiswa lebih sering melakukan pembelajaran online dan di iringi dengan posisi duduk yang tidak ergonomis dalam waktu yang lama dan berulang maka akan meningkatkan resiko *Low Back Pain* (LBP) pada mahasiswa juga ikut menyebabkan intensitas *Low Back Pain* (LBP) menjadi lebih tinggi. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan *school frome home* (SFH) terhadap peningkatan gejala *Low Back Pain* (LBP) pada mahasiswa di era COVID-19. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan observasional analitik dengan pendekatan waktu cross sectional. Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta Program Studi Fisioterapi S1 berjumlah 106 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penilaian *School Frome Home* (SFH) dinilai melalui durasi di depan gadget serta melalui postur kerja dengan gambar atau foto sebagai ilustrasi yang dikategorikan menjadi postur netral, postur duduk dan postur janggal dan pengukuran *low back pain* dinilai dengan Oswerty Disability Index (ODI). Analisis data menggunakan uji Spearman rank.. **Hasil:** Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian responden menggunakan postur kerja duduk saat *School Frome Home* di dapati hasil sebanyak 62 orang (58,5%) dengan gangguan disabilitas minimal sebanyak 61 orang (57,5%). Nilai p-value sebesar 0,058 >0.05 dan nilai koefisien kontingensi didapatkan hasil sebesar 0.185 (tidak ada korelasi). **Kesimpulan:** Tidak terdapat hubungan *School Frome Home* (SFH) terhadap peningkatan gejala *Low Back Pain* (LBP) pada mahasiswa di era COVID-19. **Saran:** Untuk peneliti selanjutnya pentingnya mencari faktor-faktor lain yang menyebabkan keluhan *low back pain* pada mahasiswa saat *School From Home* (SFH).

Kata Kunci : *School Frome Home*, *low back pain*, mahasiswa

Daftar Pustaka : 35 referensi (2011-2021)

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa Program Studi Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen Program Studi Fisioterapi Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

THE CORRELATION BETWEEN SCHOOL FROM HOME AND THE INCREASING OF LOW BACK PAIN SYMPTOMS IN STUDENTS DURING THE COVID-19 ERA¹

Zain Naufal², Nurwahida Puspitasari³

ABSTRACT

Background: School-from-home (SFH) learning is a learning process carried out by students and teachers at their respective homes using media in the form of electronic devices such as smart phones or laptops that are connected through an internet network. Students at SFH are forced to spend more time in front of their smartphones and laptop computers. This is due to the fact that students frequently do online learning and are accompanied by non-ergonomic sitting positions for an extended period of time and repeatedly, which increases the risk of Low Back Pain (LBP) in students and also causes the intensity of Low Back Pain (LBP) to be higher. **Objective:** This research aims to determine the correlation between school from home (SFH) and the increase of Low Back Pain (LBP) symptoms in students during the COVID-19 era. **Methods:** This research was quantitative research with analytical observation with a cross sectional time approach. The sample in this study were students of the Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta majoring in Physiotherapy Program totaling 106 people. The sampling used purposive sampling technique. The school-from-home (SFH) assessment instrument was assessed through the duration in front of the gadget and through work postures with pictures or photos as illustrations which were categorized into neutral postures, sitting postures and awkward postures. The measurements of low back pain were done using the Oswerty Disability Index (ODI). Data analysis was done using Spearman rank test **Results:** Based on the results of the study, it was found that 62 respondents (58.5%) did a sitting work posture during school-from-home and 61 respondents (57.5%) had a minimum disability disorder. The p-value was $0.058 > 0.05$ and the contingency coefficient value was 0.185 (no correlation). **Conclusion:** There is no correlation between school-from-home (SFH) and the increasing of Low Back Pain (LBP) symptoms in students during the COVID-19 era. **Suggestion:** For further researchers, it is important to look for other factors that cause complaints of low back pain in students during school-from-home (SFH).

Keywords : School From Home, Low Back Pain, Students

References : 35 References (2011-2021)

¹Title

²Student of Physiotherapy Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Lecturer of Physiotherapy Program, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Pandemi COVID-19 di Indonesia mulai terjadi pada bulan Maret 2020, dimulai dengan adanya korban positif di kota Depok, setelah itu peningkatan kasus pun terjadi di seluruh wilayah Jabodetabek sehingga menjadi kawasan zonamerah. Badan Nasional Penanggulangan Bencana (BNPB) mengeluarkan surat keputusan nomor 13 A terkait penetapan masa darurat akibat virus corona hingga 29 Mei 2020. Berdasarkan penetapan tersebut, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) mengeluarkan Surat Edaran dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor: 36962/MPK.A/HK/2020 tertanggal 17 Maret 2020 tentang Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah dalam rangka Pencegahan Penyebaran *Corona Virus Disease* (COVID-19). Pembelajaran secara daring atau *School From Home* (SFH) dan bekerja atau *Work From Home* (WFH) dari rumah bagi para tenaga pendidik merupakan perubahan yang harus dilakukan oleh Dosen untuk tetap mengajar mahasiswa semenjak merebaknya pandemi (Argaheni, 2020).

School From Home (SFH) merupakan sebuah proses pembelajaran yang dilakukan oleh siswa dan guru di rumah masing-masing. Dilaksanakannya *School From Home* (SFH) ini, diharapkan akan memutus rantai penyebaran virus COVID-19. Selama *School From Home* (SFH) siswa dihimbau untuk tetap melakukan semua aktivitas di rumah dan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat serta tetap beraktivitas dari rumah, siswa otomatis akan menjaga jarak dengan orang lain (*physical distancing*) dan menghindari kerumunan orang (*social distancing*) (Prasetyaningtyas, 2021).

Sebuah survei yang dilakukan oleh Šagát et al., (2020), tentang dampak

karantina COVID-19 pada peningkatan intensitas nyeri punggung bawah yang dilakukan di Arab Saudi menunjukkan bahwa 30,8% peserta menghabiskan waktu di depan laptop/komputer selama 6-8 jam per hari selama karantina COVID-19 sementara 3,5% menghabiskan lebih dari 8 jam per hari di laptop/komputer mereka. 34,2% mengeluhkan mengalami sakit leher selama karantina COVID-19 dan 39,2% pernah mengalami sakit punggung selama karantina COVID-19. 50,9% peserta mengatakan bahwa mereka nyaman duduk dengan bersandar saat menggunakan gadget dan 31,5% lebih suka posisi berbaring.

Seiring dengan tingginya angka penggunaan pembelajaran secara daring pada mahasiswa, kekhawatiran akan timbulnya masalah *musculoskeletal* terkait penggunaan *gadget* dengan posisi duduk statis yang tidak ergonomis seperti duduk membungkuk, duduk dengan posisi miring dapat meningkatkan resiko nyeri pada punggung bawah dan (Nilay Comuk et al., 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan Traeger et al., (2019), angka kejadian *low back pain* di dunia sebanyak 28% terjadi di Australia, dan 32% di United State America. Berdasarkan data Global Burden of Disease Study 2019, kasus *low back pain* menempati peringkat ke-4 (usia 25-49 tahun) melalui kajian peringkat DALYS rate (Burden, 2019). Hasil laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menyebutkan bahwa cedera tahun 2018 atau gangguan kesehatan pada area punggung di Indonesia sebanyak 6,5% dengan provinsi Papua paling banyak prevalensinya yaitu 10,6%, Kalimantan Selatan 9,9% dan Maluku Utara 9,8% (Kemenkes RI, 2018). Menurut (Rachmat et al., 2019), kasus *low back pain* yang terjadi di Indonesia merupakan

kondisi umum yang angka kejadiannya mencapai 71,3 % individu dari masyarakat telah mengeluhkan nyeri pada punggung bawah.

Low back pain (LBP) merupakan salah satu keluhan nyeri yang sering didapatkan di masyarakat dan menjadi salah satu alasan paling umum yang membuat orang tidak dapat bekerja atau melakukan kegiatannya dengan baik. Problem disabilitas yang ditimbulkan *Low back pain* (LBP) pun cukup besar, tetapi sebagian besar keluhan *Low back pain* (LBP) dapat hilang dengan sendirinya tanpa penanganan medis dengan masa penyembuhan yang berlangsung selama 1 sampai 2 bulan dengan resiko untuk kambuh kembali yang diakibatkan karena penurunan fungsi stabilitas otot-otot tulang belakang bagian dalam (Yustiana & Wahyono, 2020).

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada

Hubungan *School From Home* (SFH) Terhadap Peningkatan Gejala *Low Back Pain* (LBP) Pada Mahasiswa di Era *COVID-19*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian *kuantitatif* yang bersifat observasional analitik. Pendekatan waktu yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Aisyiyah Yogyakarta Program Studi Fisioterapi. Proses pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling* dan penentuan jumlah sampel diambil dengan menggunakan rumus slovin didapatkan hasil 698 responden. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan uji Spearman rank.

HASIL

A. Analisis Unvariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Laki-laki	29	27,4%
Perempuan	77	72,6%
Jumlah	106	100%

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berjenis kelamin

perempuan dengan jumlah 67 orang dengan presentase 72,6%.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Presentasi (%)
18 tahun	1	0.9 %
19 tahun	1	0.9%
20 tahun	13	12.3%
21 tahun	42	39.6 %

22 tahun	41	38.7 %
23 tahun	8	7.5%
Total	106	100%

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 21 tahun

dengan jumlah 42 orang dengan presentase 39,6%.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Durasi Penggunaan Laptop Dan Smartphone Saat SFH Mahasiswa Fisioterapi UNISA Yogyakarta

Durasi (hari)	Frekuensi	Presentase (%)
>3 jam	70	66%
Sekitar 3 jam	20	18,9%
< 3 jam	16	15,1%
jumlah	106	100%

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden melakukan

School Frome Home dengan durasi kerja >3 Jam berjumlah 70 orang 66%.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Postur Kerja School Frome Home (SFH) Mahasiswa Fisioterapi UNISA Yogyakarta

Kategori Postur	Frekuensi	Presentase(%)
Postur Netral	24	22,6%
Postur Duduk	62	58,5%
Postur Janggal	20	18,9%
Total	206	100%

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden menggunakan

postur duduk saat School Frome Home dengan jumlah 62 orang 58,5%.

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Low Back Pain Mahasiswa Fisioterapi UNISA Yogyakarta

Hasil ODI	Frekuensi	Presentase(%)
Disabilitas Minimal	103	97,2 %
Disabilitas sedang	3	2,8%
Disabilitas parah	0	0%

Disabilitas sangat parah	0	0%
Disabilitas amat sangat parah	0	0%
Total	106	100%

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa responden dengan hasil ODI kategori Disabilitas Minimal sebanyak

103 orang (97,2%), kategori sedang sebanyak 3 orang(2,8%), dan kategori lainnya 0%.

B. Analisis Bivariat

Tabel 6 Tabulasi Silang Hubungan School Frome Home terhadap peningkatan gejala Low Back Pain pada mahasiswa si Era COVID-19 Mahasiswa Fisioterapi UNISA Yogyakarta

Postur Kerja <i>School From Home</i> (SFH)	<i>Low Back Pain</i>						Total	
	Minimal		Sedang		Berat			
	F	%	F	%	F	%	f	%
Postur Netral	24	22,6	0	0	0	0	24	22,6
Postur duduk	61	57,5	0	0	0	0	61	57,5
Postur Janggal	18	17	0	0	0	0	18	17
Total	106	97,2	0	0	0	0	103	97,1

Berdasarkan tabel 6 tentang tabulasi silang antara hubungan School Frome Home (SFH) terhadap peningkatan gejala *Low Back Pain* (LBP) pada mahasiswa di era COVID-19 di ketahui bahwa mahasiswa dengan postur kerja netral di dapatkan gangguan disabilitas minimal yaitu sebanyak 24 orang

(22,6%) , sedangkan pada postur kerja duduk di dapatkan gangguan disabilitas minimal sebanyak 61 orang (57,5%) dan pada postur kerja janggal di dapatlan gangguan disabilitas minima sebanyak 18 orang (17%) serta pada gangguan sedang sebanyak 3 orang (2,8%).

Tabel 7 Hasil uji Spearman rank Mahasiswa Fisioterapi UNISA Yogyakarta

Variabel	<i>p-value</i>	Contingency coeffiency
Hubungan <i>School From Home</i> dengan gejala <i>low back pain</i>	0,058	0,185

Hasil perhitungan statistik menggunakan uji *spearman rank* seperti yang disajikan pada tabel 7 diperoleh *p-value* sebesar $0,058 > 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara *School From Home* (SFH) terhadap peningkatan gejala *low back pain* pada mahasiswa di era COVID-19.

Perhitungan nilai koefisien kontingensi didapatkan hasil sebesar 0,185. Hal ini menunjukkan keeratan hubungan antara *School From Home* (SFH) terhadap peningkatan gejala *low back pain* (LBP) pada mahasiswa di era COVID-19 ada pada kategori lemah/tidak ada korelasi.

PEMBAHASAN

1. *School From Home* (SFH) pada Mahasiswa

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa mahasiswa menggunakan postur kerja netral saat *School From Home* sebanyak 24 orang (22,6%) dengan gangguan disabilitas minimal sebanyak 24 orang (22,6%). Pada mahasiswa dengan postur kerja duduk saat *School From Home* di dapati hasil sebanyak 62 orang (58,5%) dengan gangguan disabilitas minimal sebanyak 61 orang (57,5%). Mahasiswa dengan postur kerja janggal saat *School From Home* di dapati hasil sebanyak 20 orang (18,9%) dengan gangguan disabilitas minimal sebanyak 18 orang (17%) dan gangguan sedang 3 orang (2,8%). Dalam hal menunjukkan bahwa sebagian

besar responden menggunakan postur kerja duduk saat melakukan *School From Home* (SFH). Hal tersebut diakibatkan karena peralatan penunjang yang digunakan mahasiswa selama melakukan *School From Home* (SFH) tidak lengkap seperti meja dan kursi serta berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden melakukan *School From Home* dengan durasi kerja >3 Jam berjumlah 70 orang (66%).

Hal ini sejalan dengan Lucky et al., (2018) mahasiswa biasanya menghadiri kuliah teori dan pada saat yang bersamaan menggunakan komputer untuk belajar, yang mengakibatkan durasi duduk yang lama. 31% siswa menghabiskan waktu di depan komputer selama 6 sampai 8 jam setiap harinya melakukan aktivitas lain dengan posisi duduk minimal 2 jam dalam sehari dan siswa memiliki kebiasaan duduk terlalu lama dalam waktu yang berkepanjangan sehingga berakibat pada postur yang tidak ergonomis yang berakibat pada beban otot punggung bawah meningkat sehingga meningkatkan resiko gejala *Low Back Pain* (LBP) pada mahasiswa.

2. Gejala *Low Back Pain* pada Mahasiswa

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami *low back pain* disabilitas minimal sebanyak 103 orang (97,2%), *low back pain* disabilitas sedang sebanyak 3 orang (2,8%), dan tidak ada pada *low back pain* disabilitas

parah, sangat parah, serta amat sangat parah. Hal tersebut dikarenakan mayoritas mahasiswa menggunakan postur kerja duduk (resiko rendah) sehingga data menunjukkan bahwa responden lebih dominan mengalami low back pain dengan disability minimal dari pada klasifikasi lainnya.

Hal ini sejalan dengan penelitian Šagát et al., (2020) tentang dampak karantina COVID-19 pada peningkatan intensitas nyeri punggung bawah yang dilakukan di Arab Saudi dengan melibatkan responden dari usia 18-55 tahun dengan jumlah 260 partisipan, Dengan 230 peserta perempuan dan 57 peserta laki-laki menunjukkan bahwa 30,8% peserta menghabiskan waktu di depan laptop/komputer selama 6-8 jam per hari selama karantina COVID-19 sementara 3,5% menghabiskan lebih dari 8 jam per hari di laptop/komputer mereka. 39,2% pernah mengalami sakit punggung selama karantina COVID-19 dan 50,9% peserta mengatakan bahwa mereka nyaman duduk dengan bersandar saat menggunakan gadget dan 31,5% lebih suka posisi berbaring.

3. Tidak Ada Hubungan School Frome Home Terhadap Peningkatan Gejala Low Back Pain Pada Mahasisa di Era COVID-19

Hasil menganalisa tabulasi silang hubungan school frome home terhadap peningkatan gejala low back pain pada mahasiswa di era COVID-19 dalam penelitian ini menunjukkan

bahwa mahasiswa menggunakan postur kerja netral saat School Frome Home sebanyak 24 orang (22,6%) dengan gangguan disabilitas minimal sebanyak 24 orang (22,6%). Pada mahasiswa dengan postur kerja duduk saat School Frome Home di dapati hasil sebanyak 62 orang (58,5%) dengan gangguan disabilitas minimal sebanyak 61 orang (57,5%). Mahasiswa dengan postur kerja janggal saat School Frome Home di dapati hasil sebanyak 20 orang (18,9%) dengan gangguan disabilitas minimal sebanyak 18 orang (17%) dan gangguan sedang 3 orang (2,8%). Hasil uji statistik dilakukan menggunakan uji spearman rank diperoleh (nilai p value = 0,058), karena nilai p value > 0.05 maka tidak terdapat hubungan yang bermakna antara school frome home terhadap peningkatan gejala low back pain pada mahasiswa di Era COVID-19. Hal ini berlandaskan data pada tabel 6 menyatakan bahwa mahasiswa dengan postur kerja duduk selama school frome home lebih banyak mengalami low back pain disabilitas minimal dari pada low back pain disabilitas sedang, bahkan tidak ada yang mengalami low back pain disabilitas berat, sangat berat, dan amat sangat berat. Hal tersebut dapat membuat hasil dari penelitian ini menjadi tidak ada hubungan antara hubungan school frome home terhadap peningkatan gejala low back pain pada mahasiswa di era COVID-19.

Hal ini sejalaan dengan penelitian yang dilakukan oleh

HASRIANTI, (2016) dengan hasil p value = 0,940 ($p > 0,05$) bahwa apabila beban kerja yang di tanggung pekerja tidak terlalu berat sehingga tekanan pada sistem muskuloskeletal tidak terlalu besar maka tidak membuat otot selalu berkontraksi. Jadi, ketika tubuh tidak mendapatkan beban yang terlalu berat maka tidak memberikan pengaruh yang besar terhadap beratnya keluhan yang dirasakan,

Walaupun dalam penelitian ini tidak ditemukan hubungan yang tidak signifikan, namun tidak dapat dipungkiri bahwa ada penelitian yang menyatakan bahwa *school from home* berpengaruh terhadap keluhan *low back pain* atau nyeri punggung bawah sehingga perlu tetap ada upaya pencegahan yaitu dengan memperhatikan durasi perkuliahan, kesadaran pengajar dalam mengedukasi mahasiswa terkait postur kerja yang baik untuk menghindari posisi janggal selama melakukan pekerjaan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara *school from home* terhadap peningkatan gejala *low back pain* pada mahasiswa di era COVID-19 dengan p value = 0,058 ($p > 0,05$).

SARAN

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Saran untuk peneliti selanjutnya agar mencari faktor-faktor lain yang menyebabkan keluhan *low back pain* pada mahasiswa saat *School From Home* (SFH). Serta menjadikan

penelitian ini sebagai sumber untuk melakukan penelitian dengan pemberian intervensi pada keluhan *low back pain* pada mahasiswa saat *School From Home* (SFH).

2. Bagi Responden

Saran bagi responden sebaiknya lebih memperhatikan postur tubuhnya dan lebih meningkatkan kesadaran diri tentang pentingnya postur yang benar saat melakukan pembelajaran agar tidak timbul keluhan muskuloskeletal terutama *low back pain*.

3. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah informasi mengenai keilmuan fisioterapi khususnya yang berkaitan hubungan *school from home* dan *low back pain*.

DAFTAR PUSTAKA

- Alrwaily, M., Timko, M., Schneider, M., Stevans, J., Bise, C., Hariharan, K., & Delitto, A. (2016). Treatment-based classification system for low back pain: Revision and update. *Physical Therapy*, 96(7), 1057–1066. <https://doi.org/10.2522/ptj.20150345>
- Andini, F. (2015). Risk Factors of Low Back Pain in Workers. *Workers J MAJORITY*, 4, 12.
- Argaheni, N. B. (2020). Sistematis Review: Dampak Perkuliahan Daring Saat Pandemi COVID-19 Terhadap Mahasiswa Indonesia. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(2), 99. <https://doi.org/10.20961/placentum.v8i2.43008>

- Burden, G. (2019). The Global Burden of Low Back Pain.
- Davies, P. D. O. (2019). Multi-drug resistant tuberculosis. *CPD Infection*, 3(1), 9–12.
- Firman, F., & Rahayu, S. (2020). Pembelajaran Online di Tengah Pandemi Covid-19. *Indonesian Journal of Educational Science (IJES)*, 2(2), 81–89. <https://doi.org/10.31605/ijes.v2i2.659>
- Hartaji, R. D. A. (2012). Jurusan Pilihan Orang Tua R. Damar Adi Hartaji, S. Psi Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma Menurut Woolfolk pengertian motivasi berprestasi sebagai suatu keinginan untuk berhasil, berusaha keras dan mengungguli orang lain berdasarkan suatu standu. R. Damar Adi Hartaji.
- HASRIANTI, Y. (2016). HUBUNGAN POSTUR KERJA DENGAN KELUHAN MUSKULOSKELETAL PADA PEKERJA DI PT. MARUKI INTERNASIONAL INDONESIA MAKASSAR. *05(02)*, 170–188.
- Imran, R. A., Soedirman, U. J., & Safety, O. (2019). ISBN 978-623-92057-0-6. November.
- Kemenkes RI. (2018). Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf. In Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (p. 198). http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- Kosassy. (2020). Model Pembelajaran Kobeko Berbasis Web Blog (Balada Pendidikan Tinggi di Tengah Kepungan Wabah COVID-19). *Ijtver*, 1(1), 46–41. <https://ijtvvet.com/index.php/ijtvvet/article/view/30>
- Lucky, A., Wan Hazmy Che Non, & Siti Nur Baait. (2018). The Incidence of Low Back Pain Among University Students. *Jurnal Pro-Life*, 5(3), 677–687.
- Manchikanti, L., Kosanovic, R., Pampati, V., Cash, K. A., Soin, A., Kaye, A. D., & Hirsch, J. A. (2020). Low back pain and diagnostic lumbar facet joint nerve blocks: Assessment of prevalence, false-positive rates, and a philosophical paradigm shift from an acute to a chronic pain model. *Pain Physician*, 23(5), 519–529. <https://doi.org/10.36076/ppj.2020/23/519>
- Nilay Comuk, B., Ayca, A., Emine, A., Gulsen, T., Mustafa, G., & Mert, D. (2020). The effect of aquatic and land exercises on pain, health related quality of life, kinesiophobia and disability in chronic low back pain: A randomized clinical trial. *Journal of Novel Physiotherapy and Physical Rehabilitation*, February 2021, 062–067. <https://doi.org/10.17352/2455-5487.000082>
- Pramestari, D. (2017). Analisis Postur Tubuh Pekerja Menggunakan Metode Ovako Work Posture Analysis System (OWAS). *Ikraith Teknologi*, 1(2), 22–29.
- Prasetyaningtyas, S. (2021). Pelaksanaan Belajar dari Rumah (BDR) Secara Online Selama Darurat Covid-19 di SMP N 1 Semin. *Jurnal Karya Ilmiah Guru*, 5(1), 86–94.
- Rachmat, N., Utomo, P. C., Sambada, E. R., & Andyarini, E. N. (2019). Hubungan Lama Duduk dan

- Sikap Duduk terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Penjahit Rumahan Di Kecamatan Tasikmadu. *Journal of Health Science and Prevention*, 3(2), 79–85.
<https://doi.org/10.29080/jhsp.v3i2.204>
- Riningrum, H., & Widowati, E. (2016). Pengaruh Sikap Kerja, Usia, dan Masa Kerja Terhadap Keluhan Low Back Pain. *Jurnal Pena Medika*, 6(2), 91–102.
- Rosiyanti, H., & Muthmainnah, R. N. (2018). Penggunaan Gadget Sebagai Sumber Belajar Mempengaruhi Hasil Belajar Pada Mata Kuliah Matematika Dasar. *FIBONACCI: Jurnal Pendidikan Matematika Dan Matematika*, 4(1), 25.
<https://doi.org/10.24853/fbc.4.1.25-36>
- Sadikin, A., & Hamidah, A. (2020). Pembelajaran Daring di Tengah Wabah Covid-19. *Biodik*, 6(2), 109–119.
<https://doi.org/10.22437/bio.v6i2.9759>
- Šagát, P., Bartík, P., González, P. P., Tohánean, D. I., & Knjaz, D. (2020). Impact of COVID-19 quarantine on low back pain intensity, prevalence, and associated risk factors among adult citizens residing in riyadh (Saudi Arabia): A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 1–13.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17197302>
- Sarkar, P. A., & Shigli, A. L. (2012). Ergonomics in General Dental Practice. *People's Journal of Scientific Research*, 5(1), 56–60.
- Sufyan, A., Nuruddin Hidayat, D., Lubis, A., Kultsum, U., Defianty, M., & Suralaga, F. (2020). Implementation of E-Learning during a Pandemic: Potentials and Challenges. 2020 8th International Conference on Cyber and IT Service Management, CITSM 2020.
<https://doi.org/10.1109/CITSM50537.2020.9268900>
- Traeger, A. C., Buchbinder, R., Elshaug, A. G., Croft, P. R., & Mahera, C. G. (2019). Health-system challenges Access to suitable therapies. *Bull Etin World Health Organism*, 97(March), 423–433.
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6560373/pdf/BLT.18.226050.pdf>
- Wahyudin. (2016). Adaptasi Lintas Budaya Modifikasi Kuesioner Disabilitas Untuk Nyeri Punggung Bawah (Modified Oswestry Low Back Pain Disability Questionnaire / Odi) Versi Indonesia. *Jurnal Fisioterapi*, 1(mei), 5–7.
- Yassierli, Y., & Juraida, A. (2016). Effects of netbook and tablet usage postures on the development of fatigue, discomfort and pain. *Journal of Engineering and Technological Sciences*, 48(3), 243–253.
<https://doi.org/10.5614/j.eng.technol.sci.2016.48.3.1>
- Zhao, Y., Guo, Y., Xiao, Y., Zhu, R., Sun, W., Huang, W., Liang, D., Tang, L., Zhang, F., Zhu, D., & Wu, J. L. (2020). The effects of online homeschooling on children, parents, and teachers of grades 1-9 during the COVID-19 pandemic. *Medical Science Monitor*, 26, 1–10.

<https://doi.org/10.12659/MSM.925591>

