

**THE EFFECT OF SITTING PADS
FROM HEMP FIBER WASTE (*Boehmeria nivea*)
ON COMPLAINTS LOW BACK PAIN IN INDUSTRY X**

Evi Lisma Wanti¹, Yamtana², Sri Haryanti³
Department of Environmental Health Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email : evilisma123@gmail.com

ABSTRACT

Background: *Low Back Pain is pain and discomfort in the lower back area. Jobs that require workers to work in a sitting position, at high risk of low back pain. The job that works in a sitting position is the work of weaving. Preliminary studies that have been carried out researchers found 40 out of 50 workers who during the production process sit experience complaints of low back pain, this is due to chairs that are not ergonomic so that sitting becomes uncomfortable during work.*

Objective: *Knowing the effect of using pillows from hemp fiber waste on complaints of low back pain in workers of the striated X Weaving Industry Yogyakarta.*

Method: *The type of research used in this study is Quasi Experiment using pretest and posttest approaches with Control Group Design. Furthermore, a normality test was carried out using Shapiro-Wilk because the number of respondents was less than 50 people. The normality test results were obtained on abnormal Pre A1 data ($p < 0.05$), and on Post A1, Pre B1, and Post B1 normally distributed ($p > 0.05$), so the test used was the Paired Sample T-Test.*

Result: *The result obtained at Sig. (2-tailed) is 0.009 which can be interpreted as a significant result ($p < 0.05$). The results of statistical tests show that there is a significant difference in values before and after treatment using a sitting cushion. The difference in the decline of Industry A1 was 7 respondents who were female with the age of 53 years as many as 2 people, 55 years as many as 3 people, 56 years old as many as 1 person and 58 years old as many as 1 person.*

Conclusion: *There was a significant decrease in the A1 group given treatment using a seat cushion*

Keywords : *Low back pain, Nordic body map, Cushion sitting, Hemp fiber waste*

**PENGARUH BANTALAN DUDUK DARI LIMBAH
SERAT RAMI (*Boehmeria nivea*) TERHADAP KELUHAN
NYERI PUNGGUNG BAWAH DI INDUSTRI X**

Evi Lisma Wanti¹, Yamtana², Sri Haryanti³
Jurusan Kesehatan Lingkungan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Tatabumi No. 3 Banyuraden, Gamping, Sleman
Email : evilisma123@gmail.com

INTI SARI

Latar Belakang : *Low Back Pain* atau nyeri punggung bawah adalah rasa nyeri dan ketidaknyamanan di area punggung bawah. Pekerjaan yang mengharuskan pekerja bekerja posisi duduk, berisiko tinggi terjadi *low back pain*. Pekerjaan yang bekerja dengan posisi duduk adalah pekerjaan menenun. Studi pendahuluan yang telah dilaksanakan peneliti menemukan 40 dari 50 pekerja yang selama proses produksi duduk mengalami keluhan nyeri punggung bawah, hal ini disebabkan karena kursi yang tidak ergonomi sehingga membuat duduk menjadi tidak nyaman pada masa bekerja.

Tujuan : Mengetahui pengaruh penggunaan bantal dari limbah serat rami terhadap keluhan nyeri punggung bawah pada pekerja industri tenun lurik X Yogyakarta.

Metode : Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Quasi Eksperimen* dengan menggunakan pendekatan *pretest* dan *posttest with Control Group Design*. Selanjutnya dilakukan uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk* karena jumlah responden kurang dari 50 orang. Hasil uji normalitas diperoleh pada data *Pre A1* tidak normal ($p < 0.05$) dan pada *Post A1*, *Pre B1*, dan *Post B1* terdistribusi normal ($p > 0.05$), sehingga pengujian yang digunakan adalah *Paired Sample T-Test*.

Hasil : Hasil yang didapatkan pada *Sig. (2-tailed)* sebesar 0.009 yang dapat diartikan terdapat hasil yang signifikan ($p < 0.05$). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan nilai sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menggunakan bantal duduk. Selisih penurunan Industri A1 sebanyak 7 responden yang berjenis kelamin perempuan dengan usia 53 tahun sebanyak 2 orang, 55 tahun sebanyak 3 orang, usia 56 tahun sebanyak 1 orang dan usia 58 tahun sebanyak 1 orang.

Kesimpulan : Terdapat penurunan yang signifikan pada kelompok A1 yang diberikan perlakuan menggunakan bantal duduk

Kata Kunci : Nyeri punggung bawah, *Nordic body map*, Bantal duduk, Limbah serat rami