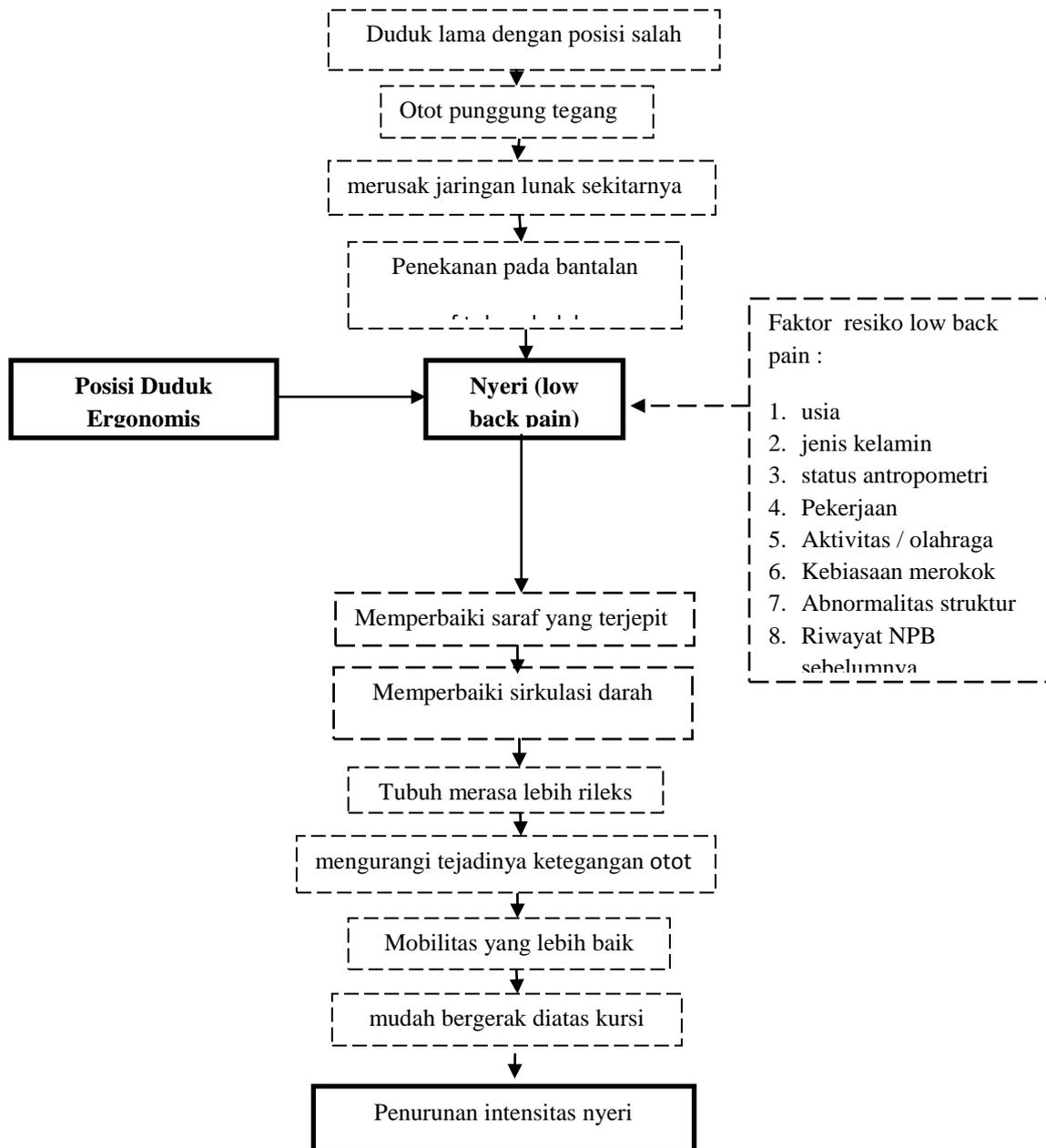


## BAB 3

### KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS

#### 3.1 Kerangka Konsep



Keterangan

- : Diukur
- : Tidak Diukur
- : tidak diteliti

Gambar 3.1 : Kerangka Konseptual Penelitian

Penjelasan kerangka konseptual

Siswa kelas 2 SMAN 2 Sumenep di dalam kelas sedang dalam posisi duduk yang salah sehingga otot punggung menjadi tegang dan merusak jaringan lunak sekitarnya, dan terjadi penekanan pada bantalan saraf tulang belakang, sehingga mengakibatkan nyeri punggung bawah. Ada beberapa faktor resiko diantaranya usia, jenis kelamin, status antropometri, pekerjaan, aktivitas / olahraga, kebiasaan merokok, abnormalitas struktur, riwayat NPB sebelumnya (Bruner & Sudart, 2002). Pada konsep intervensi yang diambil yaitu posisi duduk ergonomis karena dengan meleakukan posisi duduk ergonomis diharapkan nyeri pada punggung bawah (*low back pain*) mengalami penurunan intensitas nyeri. Dengan posisi duduk ergonomis akan memperbaiki sirkulasi darah bagian bawah tubuh, sehingga tubuh akan merasa lebih rileks dan mengurangi terjadinya ketegangan otot, kemudian mobilitas akan lebih baik dan mudah bergerak di atas kursi (Santoso, 2003).

### **3.1 Hipotesa Penelitian**

Ada Pengaruh Perubahan Posisi Duduk Ergonomis Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Punggung Bawah (*Low Back Pain*) Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 2 Sumenep.