

ABSTRAK

Latar Belakang : Kebiasaan melakukan posisi duduk membungkuk akan berpengaruh dengan perubahan postur tubuh atau yang dikenal dengan kifosis. Kifosis adalah penyimpangan postur dalam bidang sagittal yang disebabkan oleh beberapa faktor kongenital, sikap tubuh yang salah pada saat bekerja dan berolahraga, serta kesalahan tubuh saat beraktivitas seperti duduk, berdiri dengan tubuh membungkuk dalam waktu lama dan statis. Kifosis postural pada usia dewasa dapat terbentuk akibat kebiasaan berpostur yang buruk sejak usia yang lebih muda, atau akibat terbiasa mempertahankan postur yang spesifik dalam jangka waktu lama.

Tujuan : Menganalisis perbandingan posisi duduk sehari-hari dengan dugaan terjadinya kifosis postural pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian analisis komparasional dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Sampel pada penelitian ini berjumlah 78 responden yang didapatkan dengan teknik *stratified random sampling*.

Hasil : Pada responden yang memiliki kebiasaan posisi duduk benar 100% dengan dugaan netral kifosis sedangkan pada responden yang memiliki kebiasaan posisi duduk salah 61,5% dengan dugaan netral kifosis dan 38,5% nya dengan dugaan mengalami hiperkifosis/kifosis postural.

Kesimpulan : Terdapat perbedaan yang signifikan antara posisi duduk sehari-hari dengan dugaan terjadinya kifosis postural ($p = 0,000$).

Kata Kunci: Posisi Duduk, Kifosis Postural, Hiperkifosis.

ABSTRACT

Background : *The habit of doing a hunched sitting position will affect changes in body posture or what is known as kyphosis. Kyphosis is an aberration of posture in the sagittal plane caused by several congenital factors, wrong posture at work and exercise, and body errors during activities such as sitting, standing with the body bent for a long time and static. Postural kyphosis in adulthood can develop as a result of bad posture habits from a younger age, or as a result of being accustomed to maintaining specific postures for long periods of time.*

Objective : *Analyzing the comparison of daily sitting position with the suspected occurrence of postural kyphosis in students of the Faculty of Medicine, Islamic University of North Sumatra.*

Methods : *This research is a comparative analysis research using a cross-sectional approach. The sample in this study amounted to 78 respondents obtained by stratified random sampling technique.*

Results : *Respondents who had a habit of sitting correctly were 100% suspected of having neutral kyphosis, while 61.5% of respondents who had a habit of sitting incorrectly were suspected of having neutral kyphosis and 38.5% were suspected of having postural hyperkyphosis/kyphosis.*

Conclusion : *There was a significant difference between the daily sitting position and the suspected occurrence of postural kyphosis ($p = 0.000$).*

Keywords : *Sitting Position, Postural Kyphosis, Hyperkyphosis.*