

**PENGARUH BERAT TAS RANSEL TERHADAP KELUHAN
NYERI PUNGGUNG PADA SISWA
SMA AL MANAR**

SKRIPSI

Oleh

**NADHYLA INSYIRA ATALA
71200811085**



**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA
MEDAN
2023**

**PENGARUH BERAT TAS RANSEL TERHADAP KELUHAN
NYERI PUNGGUNG PADA SISWA
SMA AL MANAR**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Kelulusan Menjadi Sarjana Kedokteran

Oleh

**NADHYLA INSYIRA ATALA
71200811085**



**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA
MEDAN
2023**

LEMBAR PERSETUJUAN

Hasil penelitian dengan judul

**PENGARUH BERAT TAS RANSEL TERHADAP KELUHAN
NYERI PUNGGUNG PADA SISWA
SMA AL MANAR**

Yang dipersiapkan oleh

NADHYLA INSYIRA ATALA

71200811085

Hasil penelitian ini telah diperiksa dan disetujui

Medan, 6 November 2023

Disetujui,

Pembimbing

(dr. Farah Diba, M.K.M)

Pembanding I

Pembanding II

(Dr. dr. Mayang Sari Ayu, MARS., M.H.Kes)

(dr. Saadatur Rizqillah Pasaribu, M.Biomed)

LEMBAR PENGESAHAN

Judul Skripsi : **PENGARUH BERAT TAS RANSEL TERHADAP KELUHAN NYERI PUNGGUNG PADA SISWA SMA AL MANAR**

Nama Mahasiswa : Nadhyla Insyira Atala

NIM : 71200811085

Telah diuji dan dinyatakan **LULUS** di depan Tim Penguji pada hari Jumat, 17 November 2023

Tim penguji Skripsi

Pembimbing

(dr. Farah Diba, M.K.M)

Pembanding I

Pembanding II

(Dr. dr. Mayang Sari Ayu, MARS., M.H.Kes)

(dr. Saadatur Rizqillah Pasaribu, M.Biomed)

Diketahui,

Dekan Fakultas Kedokteran

Universitas Islam Sumatera Utara

(dr. Tri Makmur, Sp.S)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang merupakan salah satu syarat untuk menyelesaikan program studi Pendidikan Dokter dan memperoleh gelar sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara. Judul skripsi ini adalah **“Pengaruh Berat Tas Ransel terhadap Keluhan Nyeri Bahu dan Punggung pada Siswa SMA Al Manar.”**

Dalam menyusun skripsi ini penulis mendapatkan bimbingan, pengarahan, motivasi serta bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Dr. Hj. Safrida, S.E., M.Si selaku Rektor Universitas Islam Sumatera Utara;
2. dr. Tri Makmur, Sp.S. selaku Dekan FK UISU;
3. dr. Farah Diba, M.K.M selaku Dosen Pembimbing atas kesediaannya meluangkan waktu untuk memberikan arahan, ilmu, kritik, saran, nasehat, motivasi dan bantuan yang berharga sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik;
4. Dr. dr. Mayang Sari Ayu, M.A.R.S., M.H.Kes dan dr. Saadatur Rizqillah Pasaribu, M.Biomed selaku Dosen Pembimbing I dan Dosen Pembimbing II atas kesediaannya dalam memberikan masukan, arahan, kritik, dan saran yang membangun dalam penyempurnaan skripsi ini;
5. dr. Surya Akbar, M.Med.Ed yang telah memberikan ilmunya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik;
6. Kedua orang tua tercinta, ayahanda dan ibunda, Harry Hermana, S.P., M.M.P dan Dewi Sutioraini S, S.K.M., M.K.M, yang telah mendidik dan membesarkan penulis dengan penuh kasih sayang, senantiasa memberikan doa serta dukungan baik moril maupun materiil hingga selesainya skripsi ini. Terima kasih yang paling tulus ini disampaikan atas segalanya yang telah diberikan kepada penulis. Semoga Allah memberikan kesehatan, rejeki, dan umur yang panjang hingga akhirnya dapat melihat ananda sukses kelak dan dapat membahagiakan keduanya;

7. Adik-adik tersayang, Naila Dary Ninafisa, Naufal Dhiwa Atharoid Arrafii, dan Nayyara Syakyla Attien yang telah memberikan penulis semangat dalam menyelesaikan skripsi ini;
8. Ibu Cut Athiah Thaib, S.H selaku Kepala SMA Al Manar Medan beserta seluruh majelis guru yang telah memberikan izin, waktu, dan bantuan kepada penulis untuk melakukan penelitian;
9. Seluruh siswa SMA Al Manar atas kesediannya untuk meluangkan waktu dalam penelitian yang dilakukan penulis;
10. Kepada seluruh teman-teman seperjuangan angkatan 2020 yang memberikan dukungan, doa, dan masukan yang berguna dalam penyusunan skripsi;
11. Seluruh dosen dan civitas Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara atas segala jasa-jasanya selama perkuliahan;
12. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu namanya oleh penulis, terimakasih atas bantuan yang diberikan dalam penelitian.

Penulis menyadari jika masih banyak kekurangan dalam pembuatan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca demi penyempurnaan skripsi. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat untuk kemajuan ilmu pengetahuan.

Medan, 6 November 2023

Hormat saya,

Nadhyla Insyira Atala

DAFTAR ISI

	Halaman
LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR SINGKATAN.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1. Tujuan Umum	3
1.3.2. Tujuan Khusus	3
1.4. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1. Berat Tas Ransel.....	5
2.1.1. Batasan Berat Tas Punggung yang Direkomendasikan.....	5
2.1.2. Dampak Penggunaan Tas Punggung yang Berat	6
2.1.3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Beban Tas Punggung	6
2.1.4. Strategi Penggunaan Tas yang Tepat (<i>Backpack Safety</i>)	8
2.1.5. Karakteristik Tas Punggung yang Baik.....	9
2.1.6. Cara Penggunaan Tas Punggung yang Benar	9
2.2. Nyeri	10
2.2.1. Mekanisme Nyeri.....	10
2.2.2. Jenis-jenis Nyeri.....	12
2.3. Nyeri Punggung.....	13

2.3.1. Regio Utama Tulang Belakang.....	14
2.3.2. Otot-otot Punggung.....	16
2.3.3. Klasifikasi Nyeri Punggung.....	19
2.3.4. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung pada Siswa.....	20
2.4. Kerangka Teori.....	24
2.5. Kerangka Konsep	25
2.6. Hipotesis	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
3.1. Jenis Penelitian.....	26
3.2. Lokasi dan Waktu Penelitian	26
3.2.1. Lokasi Penelitian.....	26
3.2.2. Waktu Penelitian	26
3.3. Populasi dan Sampel Penelitian	26
3.3.1. Populasi Penelitian	26
3.3.2. Sampel Penelitian.....	27
3.4. Perhitungan Jumlah Sampel.....	27
3.5. Variabel Penelitian	28
3.6. Definisi Operasional.....	29
3.7. Instrumen Penelitian.....	30
3.8. Teknik Pengumpulan Data.....	31
3.9. Teknik Pengolahan Data dan Analisis Data	31
3.9.1. Pengolahan Data	31
3.9.2. Analisis Data	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	33
4.1. Hasil Penelitian	33
4.1.1. Deskripsi Lokasi Penelitian	33
4.1.2. Analisis Univariat	33
4.1.3. Analisis Bivariat.....	36
4.2. Pembahasan.....	39

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	44
5.1. Kesimpulan	44
5.2. Saran	45
DAFTAR PUSTAKA	46
LAMPIRAN.....	50

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul	Halaman
Tabel 3.1	Data Responden.....	28
Tabel 3.2	Definisi Operasional.....	29
Tabel 3.3	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner.....	30
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi berdasarkan Karakteristik Responden.....	34
Tabel 4.2	Distribusi Responden berdasarkan Durasi Penggunaan Tas Setiap Hari.....	34
Tabel 4.3	Distribusi Responden berdasarkan Berat Tas.....	35
Tabel 4.4	Distribusi Responden berdasarkan Kejadian Nyeri Punggung.....	36
Tabel 4.5	Tabulasi Silang antara Berat Tas Ransel dengan Keluhan Nyeri Punggung.....	37
Tabel 4.6	Tabulasi Silang antara Durasi Penggunaan Tas Setiap Hari dengan Keluhan Nyeri Punggung.....	37
Tabel 4.7	Tabulasi Silang antara Karakteristik Indeks Massa Tubuh dengan Keluhan Nyeri Punggung.....	38
Tabel 4.8	Tabulasi Silang antara Cara Membawa Tas dengan Keluhan Nyeri Punggung.....	39

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul	Halaman
Gambar 2.1 Anatomi Columna Vertebralis		16
Gambar 2.2 Otot-otot Punggung		18
Gambar 2.3 Kerangka Teori		24
Gambar 2.4 Kerangka Konsep		25

DAFTAR SINGKATAN

ACA	: <i>American Chiropractic Association</i>
AMPA	: <i>a-amino-3-hydroxy-5-methyl-4-isoxazole propionic acid</i>
AOTA	: <i>American Occupational Therapy Association</i>
BDNF	: <i>Brain-Derived Neurotrophic Factor</i>
IASP	: <i>International Association for the Study of Pain</i>
IL	: <i>Interlukin</i>
IMT	: <i>Indeks Massa Tubuh</i>
KEMENKES	: <i>Kementerian Kesehatan</i>
NIAMS	: <i>National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases</i>
NMDA	: <i>N-methyl-D-aspartic acid</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Riwayat Hidup Peneliti	50
Lampiran 2 Lembar Penjelasan Kepada Responden	51
Lampiran 3 Informed Consent	52
Lampiran 4 Kuesioner Penelitian	53
Lampiran 5 Surat Permohonan Survei Awal	56
Lampiran 6 Surat Balasan Permohonan Survei Awal	57
Lampiran 7 Surat Pernyataan Keabsahan Daftar Pustaka	58
Lampiran 8 Kegiatan Bimbingan Proposal Penelitian	59
Lampiran 9 <i>Ethical Clearance</i>	60
Lampiran 10 Surat Permohonan Izin Penelitian	61
Lampiran 11 Surat Keterangan Selesai Penelitian	62
Lampiran 12 Master Data	63
Lampiran 13 Output Analisis Data Penelitian	67
Lampiran 14 Izin Menggunakan <i>Wong-Baker FACES® Pain Rating Scale</i>	75
Lampiran 15 Output SPSS (Validitas dan Reliabilitas Kuesioner)	76
Lampiran 16 Dokumentasi Penelitian	77

DAFTAR PUSTAKA

- Aeni, H. F., Herlinawati, Herawati, C., & Kayyisa, N. R. (2022). Relation of backpack weight with Low Back Pain (LBP) Complaints in students of SMP. *Riset Informasi Kesehatan*, 11(1). <https://doi.org/10.30644/rik.v11i1.491>
- American Chiropractic Association. (2019). *Back Pain Facts and Statistics*. Available from: <https://www.acatoday.org/Patients/Health-Wellness-Information/Back-Pain-Facts-and-Statistics>. [Last accessed on 2023 Apr 17]
- American Occupational Therapy Association. Backpack Strategies for Parents and Students (2019). Available from: <https://www.aota.org/About-Occupational-Therapy/Patients-Clients/Children-AndYouth/Backpack-Strategies-Parents-Students.aspx>. [Last accessed on 2023 Apr 08]
- Arrifqi, M. F., & Bahrudin, M. (2023). Effect of Backpack with the Incidence of Low Back Pain at 7-20 Years of Age. *APISIO Medika: Jurnal Mahasiswa Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang*, 01(01), 29–32.
- Bharathi, S. A., & Prakash, A. (2021). A Review on Pain, Types, Pathophysiology, and Management. *International Journal of Pharmacy & Pharmaceutical Research*, 22(1), 82–101.
- Casiano, V. E., Dydyk, A. M., & Varacallo, M. (2021). Back Pain. *StatPearls Publishing*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK538173/>
- Cavallo, F., Mohn, A., Chiarelli, F., & Giannini, C. (2021). Evaluation of Bone Age in Children: A Mini-Review. *Frontiers in pediatrics*, 9, 580314. <https://doi.org/10.3389/fped.2021.580314>
- Choudhary, Y., Bhatia, P., Kumar, M., & Dubey, M. (2022). Prevalence and determinants of musculoskeletal pain among school - going children carrying schoolbags : A cross-sectional study from Central India. *Journal of Family Medicine and Primary Care*, 11(6), 3045–3050. <https://doi.org/10.4103/jfmpe.jfmpe>
- Das, D., & Goswami, D. (2020). Heavy Weight School Bag and It's Impact on The Physical Health of The Children. *Palarch's Journal Of Archaeology Of Egypt/Egyptology*, 17(9), 4464–4473.
- DeSai C, Reddy V, Agarwal. A. (2023). Anatomy, Back, Vertebral Column. StatPearls. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK525969/>
- Djajasmita, D., Manoe, Z. J., & Wulandari, F. (2023). Relationship between backpack weight and incidence of low back pain in senior high students. *Acta Medical and Health Sciences*, 1(3), 105–111.
- Eklom-bak, E., Stenling, A., Eriksson, J. S., Hemmingsson, E., Kallings, L. V., Andersson, G., Wallin, P., Eklom, O., Eklom, B., & Lindwall, M. (2020). Latent profile analysis patterns of exercise, sitting and fitness in adults –

- Associations with metabolic risk factors, perceived health, and perceived symptoms. *PLoS ONE*, 15(4), 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0232210>
- Febriani, Y. (2021). Edukasi Akan Dampak Penggunaan Tas Ransel Yang Salah. 2(2), 155–160.
- GBD Diseases and Injuries Collaborators. Global burden of 369 diseases and injuries in 204 countries and territories, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *Lancet Lond Engl*. 2020;396(10258):1204–22. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30925-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30925-9).
- Gray's Anatomy. (2016). *The Anatomical Basis of Clinical Practice* 41st Edition. Philadelphia: Elsevier
- Guessogo, W. R., Hamadou, A., Ebal-Minye, E., Ndongo, J. M., Mbang-Bian, W., Mbouh, S., Mibo'o, P., de Mpele, M. P., Temfemo, A., Bongue, B., Mandengue, S. H., & Ndemba, P. B. A. (2023). Schoolbag Weight and Low Back Pain: A Cross-Sectional Study among Children of Public and Private Primary Schools in Cameroon. *International Journal of School Health*, 10(3), 136–143. <https://doi.org/10.30476/INTJSH.2023.98717.1308>
- Hernandez, T. L., Ferre, M. C., Marti, S. G., & Salvat, I. S. (2020). Relationship between School Backpacks and Musculoskeletal Pain in Children 8 to 10 Years of Age: An Observational, Cross-Sectional and Analytical Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 1–13. <https://doi.org/doi:10.3390/ijerph17072487>
- International Association for the Study of Pain (IASP). (2020). IASP Announces Revised Definition of Pain. Available from <https://www.iasp-pain.org/publications/iasp-news/iasp-announces-revised-definition-of-pain>
- Jamal, F., Andika, T. D., & Adhiany, E. (2022). Penilaian dan Modalitas Tatalaksana Nyeri. *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, 5(3), 66–73.
- Kanjilal, M., Kumar, U., Gupta, G. K., Agrawal, D., & Arya, R. K. (2020). Musculoskeletal Pain and its Association with School Bag Weight and Diet Intake: A Cross-Sectional Study among School-Going Adolescents in Delhi. 1–7.
- Kędra, A., Plandowska, M., Kędra, P., & Czaprowski, D. (2021). Non-specific low back pain: Cross-sectional study of 11,423 children and youth and the association with the perception of heaviness in carrying of schoolbags. *PeerJ*, 9. <https://doi.org/10.7717/peerj.11220>
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 25 tahun 2016 tentang Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2016–2019. Undang-undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI

- Kementerian Kesehatan RI. (2018). Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta: Badan Peneliti dan Pengembangan Masyarakat.
- Kusumaningrum, D., Samara, D., Widyatama, H. G., Edy, M. L., Rahmayanti, D., & Widyasyifa, S. A. (2021). Hubungan antara Postur Tubuh dan Waktu Duduk dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah (LBP). *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), 74–81. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i1.513>
- Layuk, S., Martiana, T., & Bongakaraeng, B. (2020). School bag weight and the occurrence of back pain among elementary school children. *Journal of Public Health Research*, 9, 191–194.
- Mandrekar, S. (2019). Effects of carrying school bags on cervical and shoulder posture in static and dynamic Abstract : *International Journal of Adolescent Medicine and Health*, 1–8. <https://doi.org/10.1515/ijamh-2019-0073>
- Meenakshi, S. K. S., Bharti, B., Gopinathan, N. R., & Kavita. (2023). Physical Violence Against Doctors: A Content Analysis from Online Indian Newspapers. *Indian Journal of Community Medicine*, 48(4), 533–538. https://doi.org/10.4103/ijcm.ijcm_80_22
- Mohsin, M. K., Nayyef, O. H., & Salman, A. B. (2021). Effect of Heavy School Bag on Musculoskeletal System of the Students. *Iraqi Medical Journal*, 67(2), 90–97.
- Mostafa, E., & Varacallo, M. (2022). Anatomy, Back, Coccygeal Vertebrae. *StatPearls*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK549870/>
- National Institute of Arthritis and Musculoskeletal and Skin Diseases. (2019). Overview of Back Pain. <https://www.niams.nih.gov/health-topics/back-pain>
- Netter, F. H. (2023). *Netter Atlas of Human Anatomy: A Systems Approach 8th Edition*. Philadelphia: Elsevier
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Rineka Cipta.
- Peterson, G., & Pihlström, N. (2021). Factors associated with neck and shoulder pain : a cross-sectional study among 16 , 000 adults in five county councils in Sweden. *BMC Musculoskeletal Disorders*, 22(872), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12891-021-04753-0>
- Quartey, J., Baidoo, N. A. B., Kwakye, S. K., & Abenkorah, J. (2023). Association between bag weight, carrying style and low back pain and spinal curvatures among school children in Ablekuma South. *Journal of Preventive and Rehabilitative Medicine*, 5(1), 52–59. <https://doi.org/10.1016/j.physio.2015.03.1143>
- Sankaran, S., John, J., Patra, S. S., & Das, R. R. (2021). Prevalence of Musculoskeletal Pain and Its Relation With Weight of Backpacks in School-Going Children in Eastern India. 2, 1–6. <https://doi.org/10.3389/fpain.2021.684133>

- Sariana, E., & Sudarsono, A. (2020). Hubungan Penggunaan Tas Sekolah dengan Keluhan Nyeri Punggung pada Siswa di SMP Negeri 106 Jakarta Relationship Between Using School Bags with Back Pain Complaints to Students at SMP Negeri 106 Jakarta. *ARKESMAS*, 5(2), 35–44.
- Sassack, B., & Carrier, J. D. (2022). Anatomy, Back, Lumbar Spine. *StatPearls*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK557616/>
- Sattar, M. H., & Guthrie, S. T. (2022). Anatomy, Back, Sacral Vertebrae. *StatPearls*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK551653/>
- Sepriyanti, N. K. A., Muliarta, I. M., & Adiputra, L. M. I. S. H. (2019). Hubungan Antara Berat Tas Punggung dengan Nyeri Punggung Bawah pada Siswa Sekolah Dasar Negeri 2 Pakseballi. *E-Jurnal Medika*, 8(4).
- Sherwood, L. (2015). Fisiologi Manusia Edisi 8. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Taşkın, T., & Karadag, M. (2022). A literature review on the definition of the concept of weight. *Physics Education*, 57(6), 65014. <https://doi.org/10.1088/1361-6552/ac8a83>
- Toghroli, R., Reisy, L., Mansourian, M., Ebadi, F., & Azar, F. (2021). Backpack improper use causes musculoskeletal injuries in adolescents : A systematic review. *Journal of Education and Health Promotion*, 1–8. <https://doi.org/10.4103/jehp.jehp>
- Trachsel, L. A., Munakomi, S., & Cascella, M. (2023). Pain Theory. *StatPearls*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK545194/>
- Utami, C., Hamid, A., & Anggreny, Y. (2020). Hubungan Penggunaan Backpack dan Posisi Duduk. *Jurnal Ners Indonesia*, 11(1).
- Waxenbaum JA, Reddy F, Futterman B. (2022). Anatomy, Back, Thoracic Vertebrae. *StatPearls*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK459153/>
- World Health Organization. (2021). Musculoskeletal conditions. Who.int; World Health Organization: WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/musculoskeletal-conditions>
- Xuanchen, Z. (2023). The Effects of Backpack on Muscle Activity and Back Pain in Adolescents. *EAS Journal of Medicine and Surgery*, 5(7), 123–129. <https://doi.org/10.36349/easjms.2023.v05i07.005>

Lampiran 1

Riwayat Hidup Peneliti

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Nadhyla Insyira Atala

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat/Tanggal Lahir : Dumai, 13 Mei 2002

Agama : Islam

Alamat : Jl. Adhyaksa II, Bagan Punak Meranti, Kecamatan Bangko, Kabupaten Rokan Hilir, Riau

Riwayat Pendidikan : 1. SD Negeri 1 Way Mengaku (2008-2014)
 2. SMP Negeri 2 Dumai (2014-2016)
 3. SMA Negeri Plus Provinsi Riau (2016-2019)
 4. Universitas Islam Sumatera Utara (2020-Sekarang)

Riwayat Organisasi : 1. BEM FK UISU (2021-2023)
 2. MRI FK UISU (2022-Sekarang)

Lampiran 2

Lembar Penjelasan Kepada Responden

Lembar Penjelasan Kepada Responden

Responden yang terhormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nadhyla Insyira Atala

NIM : 71200811085

Saya merupakan mahasiswa yang sedang menempuh pendidikan sarjana kedokteran di Universitas Islam Sumatera Utara (FK UISU). Saya sedang dalam tahap penyelesaian skripsi sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan sarjana kedokteran. Adapun judul dari penelitian yang dilakukan adalah **“Pengaruh Berat Tas Ransel terhadap Keluhan Nyeri Punggung pada Siswa SMA Al Manar.”**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh berat tas ransel terhadap keluhan nyeri punggung pada siswa SMA Al Manar. Dengan ini saya memohon kesediaan dan kerjasama Saudara/i untuk menjadi responden dengan mengisi kuesioner berikut. Identitas dan semua jawaban Anda akan dijaga kerahasiaannya sesuai dengan etika penelitian.

Demikian atas perhatiannya, saya ucapkan terima kasih.

Hormat saya,

Nadhyla Insyira

Lampiran 3*Informed Consent*

SURAT PERSETUJUAN RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)

Saya yang bertandatangan di bawah ini:

Nama :

Umur :

Menyatakan bersedia menjadi responden penelitian dari:

Nama : Nadhyla Insyira Atala

NPM : 71200811085

Prodi : Pendidikan Dokter Universitas Islam Sumatera Utara

Setelah saya membaca dengan teliti prosedur penelitian yang terlampir, saya memahami dengan benar prosedur penelitian berjudul “**Pengaruh Berat Tas Ransel terhadap Keluhan Nyeri Punggung pada Siswa SMA Al Manar.**” Untuk itu saya menyatakan sanggup menjadi sampel dalam penelitian ini. Kesiediaan saya sebagai sampel penelitian murni atas kemauan saya sendiri tanpa ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Medan, 2023

Hormat saya,

(.....)

Lampiran 4

Kuesioner Penelitian

KUESIONER**BAGIAN I : Data Demografis**

1. Nama :
2. Tanggal Lahir :
3. Jenis Kelamin :
4. Tinggi Badan (TB) :
5. Berat Badan (BB) :
6. Berat Tas Sekolah :
7. % Berat Tas Sekolah/BB :

Petunjuk Pengisian

1. Bacalah dengan sebaik-baiknya masing-masing pertanyaan yang diberikan
2. Jika terjadi kesalahan, coretlah jawaban yang salah tadi dan kemudian beri tanda (✓) pada jawaban yang menurut anda benar.

BAGIAN II**Bagian A – Berat Beban Tas Punggung**

Beri tanda (✓) hanya di SATU kotak saja pada setiap pertanyaan berikut.

1. Bagaimanakah cara anda membawa tas sekolah anda?

Pada kedua bahu Pada satu bahu

2. Berapa lamakah anda membawa tas anda setiap hari?

Kurang dari 30 menit Lebih dari 30 menit

3. Seberapa kali anda membawa tas punggung dalam seminggu?

1-2 kali 3-4 kali 5 kali atau lebih

4. Apakah Anda membawa barang tambahan di tas Anda selain buku dan alat tulis seperti laptop, baju ganti, bekal, dan sejenisnya?

Ya Tidak

5. Apakah anda merasakan beban tas punggung yang biasa anda bawa ke sekolah terlalu berat?

Ya Tidak

6. Pernahkan anda mengalami cedera atau keluhan fisik akibat membawa tas sekolah yang terlalu berat?

Ya Tidak

7. Seberapa sering anda melakukan olahraga atau kegiatan fisik yang memperkuat otot bahu dan punggung secara teratur?

Selalu Sering
 Kadang-kadang Jarang

Bagian B – Keluhan Nyeri Punggung

8. Apakah anda pernah merasakan nyeri atau ketidaknyamanan pada punggung?

Tidak

Ya

9. Jika “ya”, seberapa sering anda mengalami nyeri pada punggung?

4-6 kali dalam setahun

1 kali dalam seminggu

1 kali dalam sebulan

1 kali dalam sehari

10. Seberapa parahkan nyeri tersebut? (Bulatkan pada gambar di bawah yang mendeskripsikan nyeri anda)



0



2



4



6



8



10



11. Apakah nyeri pada punggung memengaruhi aktivitas sehari-hari anda?

Tidak

Ya

Lampiran 5

Surat Permohonan Survei Awal

	UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA FAKULTAS KEDOKTERAN KAMPUS JL. STM NO. 77 MEDAN KAMPUS JL. SM. RAJA NO. 2 A MEDAN - 20212 TELP. (061) 42778962											
<table border="0" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 30%;">Nomor</td> <td style="width: 30%;">: 773 /I/E.03/IV/2023</td> <td style="width: 20%;">Medan, 06 Syawal</td> <td style="width: 20%;">1444 H</td> </tr> <tr> <td>Lampiran</td> <td>: -</td> <td>27 April</td> <td>2023 M</td> </tr> <tr> <td>Hal</td> <td colspan="3">: Permohonan Survei Awal</td> </tr> </table>	Nomor	: 773 /I/E.03/IV/2023	Medan, 06 Syawal	1444 H	Lampiran	: -	27 April	2023 M	Hal	: Permohonan Survei Awal		
Nomor	: 773 /I/E.03/IV/2023	Medan, 06 Syawal	1444 H									
Lampiran	: -	27 April	2023 M									
Hal	: Permohonan Survei Awal											
<p>Kepada Yth. Kepala Sekolah SMA Al Manar Di Tempat</p> <p>Dengan hormat, kami doakan semoga Bapak berada dalam keadaan sehat wal afiat dan sukses menjalankan tugas sehari-hari. Amin.</p> <p>Sehubungan dengan rencana penyusunan Proposal Skripsi mahasiswa FK UISU dengan tema " Hubungan Antara Berat Tas Punggung Dengan Keluhan Nyeri Bahu Dan Punggung Pada Siswa/ I SMA Al Manar " maka dengan ini kami memohon izin agar mahasiswa FK UISU yang bernama :</p> <p style="margin-left: 40px;">Nama : Nadhyla Insyira Atala</p> <p style="margin-left: 40px;">NPM : 71200811085</p> <p>Untuk dapat melaksanakan Survei Awal di Sekola SMA Al Manar.</p> <p>Demikianlah disampaikan dan atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.</p> <p style="text-align: right; margin-right: 100px;">An. Dekan Wakil Dekan Bidang Akademik dan Dakwah Islamiyah</p> <div style="text-align: center;">  dr. Dewi Pangestuti, M.Biomed </div>												
<p>Tembusan :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Yth. Dekan Fakultas Kedokteran UISU (sebagai laporan) 2. Pertinggal <p>NB : Tetap menjalankan protokol kesehatan dengan menjaga jarak, memakai masker dan menjaga kebersihan tangan / menggunakan handsinitizer.</p>												

Lampiran 6

Surat Balasan Permohonan Survei Awal



Yayasan Pendidikan Islam Al Munawwaroh SMA SWASTA AL – MANAR

Jl. Karya Bakti No. 34 Telp. 061 – 7863 147
Medan Johor – Kode Pos : 20143
Sumatera Utara – Indonesia
NPSN : 10261031

Nomor : 82/SMA-AM/V/2023
Perihal : **Balasan Telah Selesai Melaksanakan Survei Awal**

Kepada Yth.
Bapak/Ibu Pimpinan
a.n. Wakil Dekan
dr. Dewi Pangestuti, M. Biomed
Di Tempat

Assalamualaikum Wr. Wb.
Dengan hormat,
Yang bertanda tangan di bawah ini :
Nama : Cut Athiah Thaib, SH
Jabatan : Kepala SMA Al-Manar Medan

Menerangkan bahwa :
Nama : Nadhyla Insyira Atala
NPM : 71200811085
Fakultas : Kedokteran

Telah selesai melaksanakan Survei Awal di Sekolah SMA Al-Manar pada :
Hari : Selasa
Tanggal : 23 Mei 2023
Waktu : 13.00 WIB s/d selesai

Demikian surat ini kami sampaikan, atas kerja sama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Medan, 24 Mei 2023

Kepala SMA Al-Manar Medan



Cut Athiah Thaib, SH

Tembusan :

1. Yayasan Pendidikan Islam Al Munawwarah
2. Arsip

Lampiran 7

Surat Pernyataan Keabsahan Daftar Pustaka



UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA FAKULTAS KEDOKTERAN

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEDOKTERAN

KAMPUS : JL. STM NO. 77 MEDAN
KAMPUS JL. SM RAJA NO. 2A MEDAN – 20212
TELP. (061) 4572733, 4143491, 4142993, FAX. 061 – 4142495

SURAT PERNYATAAN KEABSAHAN DAFTAR PUSTAKA

Saya yang bertanda tangan dibawah ini telah memeriksa kebenaran daftar pustaka yang digunakan oleh :

Nama Mahasiswa : NADHYA INSYIRA ATALA
 NPM : 71200811085
 Judul Skripsi : PENGARUH BEBAT TAS RANSEL TERHADAP PELUHAN
NYERI PUNGGUNG PADA SISWA /I SMA AL MANAR

Demikian pernyataan ini disampaikan, atas kerjasamanya diucapkan terima kasih.

Dosen Pembimbing Skripsi


(dr. Farah Diba , M.F.M)

Lampiran 8

Kegiatan Bimbingan Proposal Penelitian

LEMBAR KEGIATAN BIMBINGAN PROPOSAL PENELITIAN

Dosen Pembimbing : dr. Farah Diba, M.K.M

TANGGAL	MATERI DISKUSI	KETERANGAN	PARAF
30/3/2023	Jurnal stripSi		
12/4/2023	BAB 1		
7/6/2023	BAB II		
9/6/2023	Perbaiki Bab II		
12/6/2023	Perbaiki Bab III		

Lampiran 9

Ethical Clearance



UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA

FAKULTAS KEDOKTERAN

BAGIAN ETHICAL CLEARANCE

KAMPUS JL. STM NO.77 MEDAN
KAMPUS JL. SM. RAJA NO.2A MEDAN - 20212
TELP. (061) 42778962

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.419/EC/KEPK.UISU/VIII/2023

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Nadhyla Insyira Atala
Principal In Investigator

Nama Institusi : Fakultas Kedokteran Universitas Islam
Sumatera Utara
Name of the Institution


Dengan judul:
Title
"PENGARUH BERAT TAS RANSEL TERHADAP KELUHAN NYERI PUNGGUNG PADA SISWA/ SMA AL
MANAR"
"THE EFFECT OF BACKPACK WEIGHT ON BACK PAIN COMPLAINTS IN AL MANAR SMA STUDENTS"

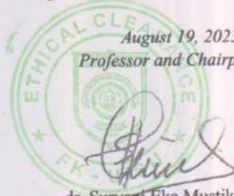
Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 19 Agustus 2023 sampai dengan tanggal 23 Agustus 2024.

This declaration of ethics applies during the period August 19, 2023 until August 23, 2024.






August 19, 2023
Professor and Chairperson,
dr. Suryani Eka Mustika, Sp.PA

Lampiran 10

Surat Permohonan Izin Penelitian



UNIVERSITAS ISLAM SUMATERA UTARA
FAKULTAS KEDOKTERAN
 KAMPUS JL. STM NO. 77 MEDAN
 KAMPUS JL. SM. RAJA NO. 2 A MEDAN - 20212
 TELP. (061) 42778962

Nomor : 1051 /I/E.03/X/2023
 Lampiran : -
 Hal : Permohonan Izin Penelitian

Medan, 16 Rabiul Awal 1445 H
 02 Oktober 2023 M

Kepada Yth.
 Kepala Sekolah SMA Al Manar
 Di
 Tempat

Dengan hormat, kami doakan semoga Bapak berada dalam keadaan sehat wal afiat dan sukses menjalankan tugas sehari-hari. Amin.


Sehubungan dengan rencana penyusunan Proposal Skripsi mahasiswa FK UISU dengan tema " Pengaruh Berat Tas Ransel Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Pada Siswa/ SMA Al Manar " maka dengan ini kami memohon izin agar mahasiswa FK UISU yang bernama :

Nama : Nadhyla Insyira Atala
 NPM : 71200811085

Untuk dapat melaksanakan Izin Penelitian di SMA Al Manar.

Demikianlah disampaikan dan atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.

An. Dekan
 Wakil Dekan Bidang Akademik dan Dakwah Islamiyah



dr. Dewi Pangestuti, M.Biomed

- Tembusan :
 1. Yth. Dekan Fakultas Kedokteran UISU (sebagai laporan)
 2. Peringgal

NB : Tetap menjalankan protokol kesehatan dengan menjaga jarak, memakai masker dan menjaga kebersihan tangan / menggunakan handsinitizer.

Lampiran 11

Surat Keterangan Selesai Penelitian



Yayasan Pendidikan Islam Al Munawwaroh SMA SWASTA AL – MANAR

Jl. Karya Bakti No. 34 Telp. 061 – 7863 147
Medan Johor – Kode Pos : 20143
Sumatera Utara – Indonesia
NPSN : 10261031

Nomor : 150/SMA-AM/X/2023
Perihal : **Balasan Telah Selesai Melaksanakan Penelitian**

Kepada Yth.
Bapak/Ibu Pimpinan
a.n. Wakil Dekan
dr. Dewi Pangestuti, M. Biomed
Di Tempat

Assalamualaikum Wr. Wb.
Dengan hormat,
Yang bertanda tangan di bawah ini :
Nama : Cut Athiah Thaib, SH
Jabatan : Kepala SMA Al-Manar Medan

Menerangkan bahwa :
Nama : Nadhyla Insyira Atala
NPM : 71200811085
Fakultas : Kedokteran

Benar Telah Selesai Melaksanakan Penelitian di SMA Al-Manar Medan dimulai dari Tanggal 12 Oktober s/d 17 Oktober 2023, guna melengkapi data dan penyusunan skripsi yang berjudul "Pengaruh Berat Tas Ransel Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Pada Siswa/i SMA Al-Manar Medan."

Demikian surat ini kami sampaikan, atas kerja sama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Medan, 01 November 2023
Kepala SMA Al-Manar Medan



Cut Athiah Thaib, SH

Tembusan :

1. Yayasan Pendidikan Islam Al Munawwarah
2. Arsip

Lampiran 12

Master Data

No.	Nama	Kelas	Umur (tahun)	JK	BB (kg)	TB (cm)	IMT	Berat Tas (kg)	% Berat Tas/BB	Pertanyaan										
										1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.	TI	10	15	P	48	158	19,2/Normal	4,9	10,2	2	2	3	1	2	1	2	1	3	2	1
2.	DR	10	15	L	63	165	23,1/Normal	6,6	10,5	2	1	3	1	2	2	2	1	2	3	1
3.	IR	12	17	L	89	174	29,4/Overweight	2,1	2,4	2	1	3	2	2	2	4	1	1	1	2
4.	RP	11	16	P	66	162	25,1/Overweight	3	4,5	2	1	3	1	2	2	4	1	2	3	1
5.	DA	12	16	L	67	175	21,9/Normal	1,8	2,7	1	2	3	1	2	2	3	2	-	-	-
6.	MA	12	17	L	59	172	19,9/Normal	2,4	4,1	2	2	3	1	2	2	1	2	-	-	-
7.	RR	10	15	P	48	157	19,5/Normal	6,1	12,7	2	2	3	1	2	2	3	1	3	2	2
8.	JS	10	15	P	55	153	21,8/Normal	3,6	6,5	1	2	3	1	1	2	3	1	2	3	2
9.	FA	11	17	L	65	173	21,7/Normal	6,8	10,5	2	1	3	1	1	1	3	1	2	4	1
10.	MA	12	16	P	50	162	19,1/Normal	4	8	2	1	3	1	1	2	3	1	4	5	2
11.	AJ	11	16	L	79	168	28/Overweight	1	1,3	1	2	3	1	2	2	3	2	-	-	-
12.	RM	11	15	L	55	168	19,5/Normal	1,3	2,4	2	2	2	2	2	2	2	2	-	-	-
13.	RF	10	14	L	66	167	23,7/Normal	5	7,6	2	1	3	1	2	2	2	1	3	3	2
14.	YS	10	14	P	47	155	19,6/Normal	5	10,6	2	1	3	1	1	2	3	1	3	3	1
15.	DL	11	16	P	56	157	22,7/Normal	3,8	6,8	2	1	3	1	2	2	3	1	3	3	2
16.	AL	11	16	P	50	162	19,1/Normal	4,3	8,6	2	1	3	1	2	2	4	2	-	-	-
17.	TR	12	16	L	62	176	20/Normal	2,3	3,7	2	2	1	1	1	2	2	2	-	-	-
18.	WK	10	15	P	50	160	19,5/Normal	3,9	7,8	2	2	3	1	1	2	4	2	-	-	-
19.	PA	12	17	P	58	151	25,4/Overweight	4,2	7,2	2	2	3	1	1	2	4	1	1	3	1
20.	FM	12	16	P	48	150	21,3/Normal	2	4,2	2	2	3	1	2	1	3	2	-	-	-
21.	DP	10	16	P	62	152	23,6/Normal	6,4	10,3	2	1	2	1	1	2	3	1	1	3	2
22.	KP	11	16	P	60	168	21,3/Normal	4	6,7	2	2	3	1	1	1	4	2	-	-	-
23.	MB	12	17	L	108	175	35,3/Overweight	9	8,3	1	2	2	1	1	2	4	1	3	2	1
24.	AT	12	17	L	62	165	22,8/Normal	5,3	8,5	2	2	3	2	2	2	3	2	-	-	-
25.	RF	12	17	P	43	149	19,4/Normal	5	11,6	1	2	3	1	2	1	3	1	3	3	1
26.	YH	10	15	P	49	158	19,6/Normal	5,2	10,6	2	2	3	1	2	2	3	1	3	3	1
27.	SD	11	15	P	47	157	19,1/Normal	5,1	10,8	2	2	3	1	2	2	3	1	3	3	1
28.	ER	10	15	P	97	166	35,2/Overweight	4,5	4,6	2	2	3	1	2	2	4	1	1	5	1
29.	YB	12	16	L	68	175	22,2/Normal	2	2,9	2	2	3	2	2	2	1	2	-	-	-
30.	NA	10	16	P	47	155	19,6/Normal	5,3	11,3	2	2	3	1	1	1	4	1	4	3	1

31.	MP	11	15	P	57	152	25,6/Overweight	4	7	2	1	3	1	2	1	3	1	3	2	1
32.	SH	12	17	L	67	173	22,4/Normal	2,1	3,1	2	2	1	2	2	2	2	2	-	-	-
33.	HM	11	16	L	74	170	25,6/Overweight	4,6	6,2	2	1	3	1	2	2	3	1	1	4	1
34.	MA	11	16	L	86	173	28,7/Overweight	1,3	1,5	1	2	1	2	2	2	2	2	-	-	-
35.	LM	10	14	P	48	155	20/Normal	4,9	10,2	1	2	2	1	1	2	3	1	2	3	2
36.	MN	12	16	L	62	165	22,8/Normal	3	4,8	1	1	3	2	2	2	4	1	1	2	2
37.	DR	12	17	L	58	171	19,8/Normal	1	1,7	2	1	3	2	2	2	4	2	-	-	-
38.	AA	12	18	L	54	165	19,8/Normal	1	1,85	2	2	3	2	2	2	2	2	-	-	-
39.	SD	10	15	P	43	150	19,1/Normal	4,6	10,7	2	2	3	1	2	2	4	2	-	-	-
40.	ZH	11	16	P	58	167	20,8/Normal	4,2	7,2	2	2	3	1	2	2	3	2	-	-	-
41.	AR	11	16	L	65	174	21,5/Normal	2	3,1	2	2	3	2	2	2	3	2	-	-	-
42.	PP	11	15	L	54	168	19,1/Normal	2	3,7	2	1	3	2	2	2	3	2	-	-	-
43.	NA	12	17	P	47	158	18,8/Normal	5,3	11,3	2	2	3	1	1	2	3	1	4	4	1
44.	AA	12	16	P	51	153	21,8/Normal	5	9,8	2	2	3	1	2	1	3	1	1	4	1
45.	RA	12	17	L	58	169	20,3/Normal	4,2	7,2	1	2	3	1	1	2	3	1	2	1	2
46.	FI	10	15	P	48	150	21,3/Normal	5,1	10,6	2	1	3	1	2	2	3	1	2	3	1
47.	MA	11	15	L	73	178	23/Normal	1,6	2,2	1	2	3	2	2	2	1	2	-	-	-
48.	NR	10	15	P	60	167	21,5/Normal	3,5	5,8	2	2	3	1	2	2	2	2	-	-	-
49.	AM	10	14	L	60	163	22,1/Normal	6,2	10,3	2	1	2	1	1	2	3	1	2	3	1
50.	AF	10	14	L	55	162	21/Normal	1,8	3,3	2	2	3	2	2	1	3	2	-	-	-
51.	ZS	11	15	P	55	159	21,8/Normal	7	12,7	2	1	3	1	1	1	2	1	3	2	2
52.	HT	11	16	L	78	175	25,5/Overweight	5	6,4	1	1	3	1	1	2	4	1	4	2	1
53.	MR	11	16	L	90	175	29,4/Overweight	3,5	3,9	2	2	3	1	2	2	3	1	3	2	2
54.	WR	12	17	P	51	153	21,8/Normal	4	7,8	1	2	3	1	1	1	3	2	-	-	-
55.	AP	12	16	L	58	169	20,3/Normal	2	3,5	2	2	3	2	2	2	3	2	-	-	-
56.	AF	11	15	P	53	150	23,6/Normal	5,3	10	2	1	3	1	1	2	4	1	3	3	1
57.	MS	10	14	L	68	179	21,2/Normal	3,5	5,1	2	1	3	1	2	2	2	1	4	1	2
58.	MP	11	16	P	70	159	27,7/Overweight	6	8,6	2	1	3	1	2	2	3	1	3	2	2
59.	FF	10	15	L	48	159	19/Normal	4,8	10	1	1	3	1	1	1	4	1	3	4	1
60.	MD	12	16	L	58	170	20,1/Normal	4	6,9	2	1	3	1	2	2	3	1	3	3	2
61.	SS	11	15	P	59	160	20,7/Normal	2	3,4	2	2	3	2	2	2	3	2	-	-	-
62.	JF	11	16	P	48	158	19,2/Normal	6,5	13,5	1	1	3	1	1	1	3	1	3	5	1

63.	NZ	10	15	P	60	159	23,7/Normal	3,8	6,3	2	2	3	1	1	1	3	1	1	4	1
64.	AF	12	17	L	64	170	22,1/Normal	2	3,1	2	1	3	2	2	2	4	2	-	-	-
65.	MR	12	17	L	60	170	20,8/Normal	2,5	4,2	2	2	3	2	2	2	2	2	-	-	-
66.	AN	10	15	L	49	158	19,6/Normal	5,5	11,2	2	1	3	1	2	2	1	1	2	2	2
67.	AA	11	16	P	45	142	22,3/Normal	4,8	10,7	1	2	1	1	2	1	3	1	2	3	1
68.	NS	12	17	L	65	177	20,7/Normal	1,3	2	1	2	3	2	2	2	2	2	-	-	-
69.	MA	11	16	P	45	154	19,4/Normal	5,7	12,7	2	2	3	1	1	2	3	1	3	4	2
70.	IS	12	17	L	61	168	21,6/Normal	2,5	4,1	2	2	3	2	2	2	3	2	-	-	-

Penjelasan Skor:

1. Pertanyaan 1 (Cara Membawa Tas)
 - 1= Pada satu bahu
 - 2= Pada kedua bahu
2. Pertanyaan 2 (Durasi Membawa Tas Setiap Hari)
 - 1= ≥ 30 menit
 - 2= < 30 menit
3. Pertanyaan 3 (Frekuensi Membawa Tas dalam Seminggu)
 - 1= 1-2 kali
 - 2= 3-4 kali
 - 3= 5 kali atau lebih
4. Pertanyaan 4 (Barang Tambahan di Tas)
 - 1= Ya
 - 2= Tidak
5. Pertanyaan 5 (Merasakan Beban yang Dibawa Terlalu Berat)
 - 1= Ya
 - 2= Tidak
6. Pertanyaan 6 (Cedera/Keluhan Fisik Akibat Beban Berat)
 - 1= Ya
 - 2= Tidak
7. Pertanyaan 7 (Melakukan Olahraga yang Menguatkan Otot Punggung)
 - 1= Selalu
 - 2= Sering
 - 3= Kadang-kadang
 - 4= Jarang
8. Pertanyaan 8 (Nyeri Punggung)
 - 1= Nyeri
 - 2= Tidak nyeri
9. Pertanyaan 9 (Frekuensi Nyeri)
 - 1= 4-6 kali dalam setahun
 - 2= 1 kali dalam sebulan
 - 3= 1 kali dalam seminggu
 - 4= 1 kali dalam sehari
10. Pertanyaan 10 (Tingkat Keparahan Nyeri)
 - 1= Skala 0
 - 2= Skala 2
 - 3= Skala 4
 - 4= Skala 6
 - 5= Skala 8
 - 6= Skala 10
11. Pertanyaan 11 (Nyeri Mempengaruhi Aktivitas)
 - 1= Ya
 - 2= Tidak

Lampiran 13

Output Analisis Data Penelitian

Jenis Kelamin

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Laki-laki	35	50,0	50,0	50,0
	Perempuan	35	50,0	50,0	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	14-15 tahun	27	38,6	38,6	38,6
	16-18 tahun	43	61,4	61,4	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Indeks Massa Tubuh

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Overweight	12	17,1	17,1	17,1
	Normal	58	82,9	82,9	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Berat Tas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Berat	22	31,4	31,4	31,4
	Ringan	48	68,6	68,6	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Pertanyaan 1-Cara Membawa Tas

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Pada satu bahu	16	22,9	22,9	22,9
Pada kedua bahu	54	77,1	77,1	100,0
Total	70	100,0	100,0	

Pertanyaan 2-Durasi Membawa Tas Setiap Hari

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid \geq 30 menit	27	38,6	38,6	38,6
<30 menit	43	61,4	61,4	100,0
Total	70	100,0	100,0	

Pertanyaan 3-Frekuensi Membawa Tas dalam Seminggu

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1-2 kali	4	5,7	5,7	5,7
3-4 kali	5	7,2	7,2	12,9
5 kali atau lebih	61	87,1	87,1	100,0
Total	70	100,0	100,0	

Pertanyaan 4-Barang Tambahan di Tas

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Ya	51	72,9	72,9	72,9
Tidak	19	27,1	27,1	100,0
Total	70	100,0	100,0	

Pertanyaan 5-Merasakan Beban Tas yang Dibawa Terlalu Berat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	23	32,9	32,9	32,9
	Tidak	47	67,1	67,1	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Pertanyaan 6-Cedera/Keluhan Fisik Akibat Tas Terlalu Berat

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Ya	15	21,4	21,4	21,4
	Tidak	55	78,6	78,6	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Pertanyaan 7-Melakukan Olahraga yang Memperkuat Otot Bahu dan Punggung

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Selalu	4	5,7	5,7	5,7
	Sering	13	18,6	18,6	24,3
	Kadang-kadang	37	52,9	52,9	77,1
	Jarang	16	22,9	22,9	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Nyeri Punggung

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Nyeri	41	58,6	58,6	58,6
	Tidak nyeri	29	41,4	41,4	100,0
	Total	70	100,0	100,0	

Pertanyaan 9-Frekuensi Nyeri Punggung

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 0	29	41,4	41,4	41,4
4-6 kali dalam setahun	8	11,4	11,4	52,9
1 kali dalam sebulan	10	14,4	14,4	67,1
1 kali dalam seminggu	18	25,7	25,7	92,9
1 kali dalam sehari	5	7,1	7,1	100,0
Total	70	100,0	100,0	

Pertanyaan 10-Tingkat Keparahan Nyeri

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 0	29	41,4	41,4	41,4
Skala 0	3	4,3	4,3	45,7
Skala 2	10	14,3	14,3	60,0
Skala 4	18	25,7	25,7	85,7
Skala 6	7	10,0	10,0	95,7
Skala 8	3	4,3	4,3	100,0
Total	70	100,0	100,0	

Pertanyaan 11-Dampak Nyeri terhadap Aktivitas

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 0	29	41,4	41,4	41,4
Mempengaruhi aktivitas	24	34,3	34,3	75,7
Tidak mempengaruhi aktivitas	17	24,3	24,3	100,0
Total	70	100,0	100,0	

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Berat Tas * Nyeri Punggung	70	100,0%	0	0,0%	70	100,0%

Berat Tas * Nyeri Punggung Crosstabulation

			Nyeri Punggung		Total
			Nyeri	Tidak nyeri	
Berat Tas	Berat	Count	21	1	22
		% within Nyeri Punggung	51,2%	3,4%	31,4%
		% of Total	30,0%	1,4%	31,4%
	Ringan	Count	20	28	48
		% within Nyeri Punggung	48,8%	96,6%	68,6%
		% of Total	28,6%	40,0%	68,6%
Total	Count	41	29	70	
	% within Nyeri Punggung	100,0%	100,0%	100,0%	
	% of Total	58,6%	41,4%	100,0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2- sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	17,987 ^a	1	,000		
Continuity Correction ^b	15,838	1	,000		
Likelihood Ratio	21,635	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	17,730	1	,000		
N of Valid Cases	70				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 9.11.

b. Computed only for a 2x2 table

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Durasi Membawa Tas Setiap Hari * Nyeri Punggung	70	100,0%	0	0,0%	70	100,0%

Pertanyaan 2-Durasi Membawa Tas Setiap Hari * Nyeri Punggung Crosstabulation

			Nyeri Punggung		Total
			Nyeri	Tidak nyeri	
Pertanyaan 2- Durasi Membawa Tas Setiap Hari	≥30 menit	Count	23	4	27
		% within Nyeri Punggung	56,1%	13,8%	38,6%
		% of Total	32,9%	5,7%	38,6%
	<30 menit	Count	18	25	43
		% within Nyeri Punggung	43,9%	86,2%	61,4%
		% of Total	25,7%	35,7%	61,4%
Total		Count	41	29	70
		% within Nyeri Punggung	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	58,6%	41,4%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	12,830 ^a	1	,000		
Continuity Correction ^b	11,106	1	,001		
Likelihood Ratio	13,855	1	,000		
Fisher's Exact Test				,000	,000
Linear-by-Linear Association	12,647	1	,000		
N of Valid Cases	70				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 11.19.

b. Computed only for a 2x2 table

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Indeks Massa Tubuh * Nyeri Punggung	70	100,0%	0	0,0%	70	100,0%

Indeks Massa Tubuh * Nyeri Punggung Crosstabulation

			Nyeri Punggung		Total
			Nyeri	Tidak nyeri	
Indeks Massa Tubuh	Overweight	Count	10	2	12
		% within Nyeri Punggung	24,4%	6,9%	17,1%
		% of Total	32,9%	5,7%	38,6%
	Normal	Count	31	27	58
		% within Nyeri Punggung	75,6%	93,1%	82,9%
		% of Total	25,7%	35,7%	61,4%
Total		Count	41	29	70
		% within Nyeri Punggung	100,0%	100,0%	100,0%
		% of Total	58,6%	41,4%	100,0%

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	3,660 ^a	1	,056		
Continuity Correction ^b	2,532	1	,112		
Likelihood Ratio	4,031	1	,045		
Fisher's Exact Test				,105	,052
Linear-by-Linear Association	3,607	1	,058		
N of Valid Cases	70				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.97.

b. Computed only for a 2x2 table

Crosstabs

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Pertanyaan 1-Cara Membawa Tas * Nyeri Punggung	70	100,0%	0	0,0%	70	100,0%

Pertanyaan 1-Cara Membawa Tas * Nyeri Punggung Crosstabulation

			Nyeri Punggung		Total
			Nyeri	Tidak nyeri	
Cara Membawa Tas	Pada satu bahu	Count	10	6	16
		% within Nyeri Punggung	24,4%	20,7%	22,9%
		% of Total	14,3%	8,6%	22,9%
	Pada dua bahu	Count	31	23	54
		% within Nyeri Punggung	75,6%	79,3%	77,1%
		% of Total	44,3%	32,9%	77,1%
Total	Count	41	29	70	
	% within Nyeri Punggung	100,0%	100,0%	100,0%	
	% of Total	58,6%	41,4%	100,0%	

Chi-Square Tests

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	,132 ^a	1	,716		
Continuity Correction ^b	,006	1	,941		
Likelihood Ratio	,133	1	,715		
Fisher's Exact Test				,780	,474
Linear-by-Linear Association	,130	1	,718		
N of Valid Cases	70				

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 6.63.

b. Computed only for a 2x2 table

Lampiran 14

Izin Menggunakan *Wong-Baker FACES® Pain Rating Scale*

Having trouble viewing this email? [Click here](#)

Wong-Baker FACES® Pain Rating Scale



www.wongbakerFACES.org

©1983 Wong-Baker FACES® Foundation. Used with permission.

Hello,

As a student, you are granted permission to use Wong-Baker FACES® Pain Rating Scale without charge in your project with the following conditions:

1. Use the entire name of our tool, Wong-Baker FACES® Pain Rating Scale, when referring to the tool.
2. The tool must be administered following the instructions. You may access the instructions as well as 29 translations at <http://www.wongbakerfaces.org/faces-download>

We ask that you send a copy of your completed research with findings to us. We hope to establish a database of research and researchers that visitors to our website might find useful.
Best wishes.

Kristie Nix, Ed.D, RN

Licensing Specialist

www.WongBakerFACES.org

If you no longer wish to receive our emails, click the link below:

[Unsubscribe](#)

Connie M. Baker 13919-B N. May Avenue #125 Oklahoma City, Oklahoma 73134 United States

Lampiran 15

Output SPSS (Validitas dan Reliabilitas Kuesioner)

		Q1	Q2	Q3	Q4	Q5	Q6	Q7	Q8	Q9	Q10	Q11	Total Skor
Q1	Pearson Correlation	1	.421*	-.021	.434*	.028	.301	.162	.230	.338	.348	.266	.447**
	Sig. (2-tailed)		.029	.918	.024	.888	.128	.420	.248	.085	.75	.180	.019
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Q2	Pearson Correlation	.421*	1	-.109	.478*	.445*	.197	.199	.171	.456*	.343	.217	.495**
	Sig. (2-tailed)	.029		.589	.012	.020	.323	.320	.393	.017	.080	.278	.009
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Q3	Pearson Correlation	-.021	-.109	1	-.048	.273	.005	.522**	.467	.387*	.439*	-.071	.441*
	Sig. (2-tailed)	.918	.589		.812	.169	.980	.005	.014	.046	.022	.723	.021
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Q4	Pearson Correlation	.434*	.478*	-.048	1	.105	.373	.115	.229	.404*	.229	.320	.476**
	Sig. (2-tailed)	.024	.012	.812		.603	.055	.569	.250	.037	.250	.104	.012
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Q5	Pearson Correlation	.028	.445*	.273	.105	1	-.045	.459*	-.030	.313	.156	.324	.393*
	Sig. (2-tailed)	.888	.020	.169	.603		.825	.016	.882	.112	.436	.099	.042
	N	27	27	27	27	27	27	7	27	27	27	27	27
Q6	Pearson Correlation	.301	.197	.005	.373	-.045	1	.043	.232	.337**	.245	.216	.396**
	Sig. (2-tailed)	.128	.323	.980	.055	.825		.832	.244	.085	.219	.279	.041
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Q7	Pearson Correlation	.162	.199	.522**	.115	.459*	.043	1	.895**	.741**	.842**	.061	.775**
	Sig. (2-tailed)	.420	.320	.005	.569	.016	.832		.000	.000	.000	.762	.000
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Q8	Pearson Correlation	.230	.171	.467	.229	-.030	.232	.895**	1	.762**	.776**	.049	.813**
	Sig. (2-tailed)	.248	.393	.014	.250	.882	.244	.000		.000	.000	.809	.000
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Q9	Pearson Correlation	.338	.456*	.387*	.404*	.313	.337	.741**	.762**	1	.843**	.351	.962**
	Sig. (2-tailed)	.085	.017	.046	.037	.112	.085	.000	.000		.000	.073	.000
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Q10	Pearson Correlation	.348	.343	.439*	.229	.156	.245	.842**	.776**	.843**	1	.245	.877**
	Sig. (2-tailed)	.075	.080	.022	.250	.436	.219	.000	.000	.000		.219	.000
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Q11	Pearson Correlation	.266	.217	-.071	.320	.324	.216	.320	.049	.351	.245	1	.412*
	Sig. (2-tailed)	.180	.278	.723	.104	.099	.279	.104	.809	.073	.219		.033
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27
Total Skor	Pearson Correlation	.447**	.495*	.441*	.476**	.393*	.396*	.775*	.813**	.962**	.877**	.412*	1
	Sig. (2-tailed)	.019	.009	.021	.012	.042	.041	.000	.000	.000	.000	.033	
	N	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27	27

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
0.775	11

Lampiran 16

Dokumentasi Penelitian

