

**THE CORRELATION BETWEEN SITTING HABITS AND
LOW BACK PAIN COMPLAINTS AMONG TAILORS
IN MAJA DISTRICT IN 2026**

Elsa Sa'adatunisa
Galuh University Faculty of Health Sciences

ABSTRACT

Low back pain is a musculoskeletal disorder commonly experienced by workers who maintain prolonged sitting positions, including tailors. Non-ergonomic sitting habits can increase pressure on the lumbar spine and trigger low back pain. This study aimed to determine the relationship between sitting habits and low back pain complaints among tailors in Maja District in 2026. This quantitative study used a descriptive correlational design with a cross-sectional approach. The population consisted of 59 tailors, with 51 respondents selected through purposive sampling. Data were collected using a sitting habits questionnaire and the Numeric Rating Scale (NRS). Data were analyzed using Spearman's rank correlation coefficient with a significance level of 0.05. The results showed that most respondents had poor sitting habits (32 respondents; 62.7%). Most respondents experienced mild low back pain (29 respondents; 56.9%). Statistical analysis revealed a p-value of 0.000 (<0.05) and a correlation coefficient of 0.507, indicating a moderate positive relationship. It was concluded that poorer sitting habits were associated with increased low back pain complaints among tailors. These findings highlight the importance of applying ergonomic principles at work. Tailors are advised to maintain ergonomic sitting positions, perform stretching exercises, and take breaks.

Keywords: ergonomics, low back pain, sitting habits, tailors.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, karunia, dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan Kebiasaan Duduk dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Penjahit di Kecamatan Maja Tahun 2026”. Shalawat serta salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, beserta keluarga, sahabat, dan seluruh umatnya hingga akhir zaman.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa banyak pihak yang telah memberikan bantuan, dukungan, serta bimbingan, sehingga penulis dapat melewati berbagai kendala yang ada. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Tita Rohita, S.Kep., Ners., M.M., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh Ciamis.
2. Ibu Asri Aprilia Rohman, S.Kep., Ners., M.Kes selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh Ciamis sekaligus Dosen Pembimbing I yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Daniel Akbar Wibowo, S.Kep., Ners., M.M., M.Kep selaku Wakil Dekan II Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh Ciamis.

4. Ibu Reni Hertini, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh Ciamis sekaligus
5. Bapak Irfan Permana, S.Kep., Ners., M.MRS selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan masukan serta bimbingan kepada penulis.
6. Seluruh dosen dan staf Program Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh Ciamis.
7. Pemerintah Kecamatan Maja yang telah membantu serta memberikan kesempatan kepada penulis dalam melakukan penelitian.
8. Para penjahit di Kecamatan Maja yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
9. Kedua orang tua penulis yang senantiasa memberikan doa, dukungan, dan motivasi baik secara moril maupun material.
10. Teman-teman serta semua pihak yang telah membantu dan memberikan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki kekurangan dan jauh dari sempurna. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi penyempurnaan di masa yang akan datang.

Ciamis, 2026

Penulis