



UWHS

SKRIPSI

**HUBUNGAN BEBAN KERJA TERHADAP KEJADIAN *LOW BACK PAIN* PADA PERAWAT LANSIA INDONESIA
DI KOTA MIKI JEPANG**

Untuk memenuhi persyaratan gelar Sarjana keperawatan

Diana Ayu Puspitarini
NIM : 2417061

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
UNIVERSITAS WIDYA HUSADA SEMARANG
2025**

PERSETUJUAN SIAP UJIAN SKRIPSI

Judul Proposal : Hubungan Beban Kerja terhadap Kejadian Low Back Pain
pada Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang
Nama : Diana Ayu Puspitarini
NIM : 2417061

Siap dipertahankan di depan Tim Penguji
Pada tanggal, 29 Agustus 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama



Ns. Maulidta Karunianingtyas W., M.Kep

NUPTK : 8446764665230223

Pembimbing Pendamping



Ns. Dyah Restuning P., M.Kep

NUPTK : 5460760661231062

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul Proposal : Hubungan Beban Kerja Terhadap Kejadian *Low Back Pain* Pada Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang

Nama : Diana Ayu Puspitarini

NIM : 2417061

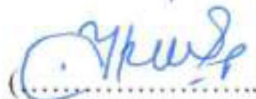
Telah dipertahankan di depan Tim Penguji
pada tanggal 29 Agustus 2025

Menyetujui,

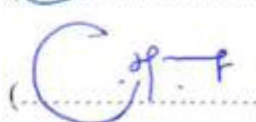
Ketua Penguji : Ns. Dwi Retnaningsih, M.Kes., M.Kep

(.....)

Anggota Penguji I : Ns Dyah Restuning P, M.Kep

(.....)

Anggota Penguji II : Ns. Maulidta Karunianingtyas W, M.Kep

(.....)

Mengetahui,

Rektor



Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA
NUPTK : 7836735636130062

Ketua Program Studi

A blue ink signature of Ns. Heny Prasetyorini.

Ns. Heny Prasetyorini, S.Kep., M.Kep.
NUPTK : 1359762663230203

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Diana Ayu Puspitarini
Tempat tanggal lahir : Boyolali, 29 November 1997
NIM : 2417061
Program Studi : S1 Keperawatan

Dengan ini menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa :

1. Laporan Skripsi skripsi dengan judul “Hubungan Beban Kerja Terhadap Kejadian *Low Back Pain* Pada Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang” adalah hasil karya saya, dan dalam naskah ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah di ajukan oleh orang lain untuk memperoleh gelar serjana keperawatan di suatu Perguruan Tinggi, dan tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah di tulis dan di terbitkan oleh orang lain baik sebagian atau keseluruhan, kecuali secara tertulis di kutip dalam naskah ini dan di terbitkan dalam sumber kutipan atau daftar pustaka.
2. Apabila ternyata dalam naskah laporan Skripsi ini dapat di buktikan terdapat unsur-unsur plagiat, saya bersedia laporan skripsi ini di gugurkan dan gelar akademik yang telah saya peroleh dibatalkan, serta di proses dengan ketentuan hukum yang berlaku.
3. Laporan Skripsi skripsi ini dapat di jadikan sumber pustaka yang merupakan hak bebas royalti non eksklusif.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 29 Agustus 2025

(Diana Ayu Puspitarini)

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. IDENTITAS

Nama : Diana Ayu Puspitarini
Tempat, Tanggal Lahir : Boyolali, 29 November 1997
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Ds. Puntan Gang Gusdur 1A Rt 02/ Rw 01, Ngijo,
Gunungpati, Semarang
No. tlp : +818081653539
Email : dianaayudap@gmail.com

B. RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SDN Manyaran 05 Semarang, Lulus Tahun 2008
2. SMP Negeri 1 Semarang, Lulus Tahun 2011
3. SMA Negeri 6 Semarang, Lulus Tahun 2014
4. DIII Keperawatan Akademi Keperawatan Widya Husada Semarang, Lulus Tahun 2017

C. RIWAYAT PEKERJAAN

1. Ichiyokai Hattori Hospital Miki Shi, Jepang Tahun 2018 – sekarang

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan Judul "Hubungan Beban Kerja terhadap Kejadian *Low Back Pain* pada Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang”.

Penelitian ini disusun dalam rangka memenuhi syarat untuk menyelesaikan tugas akhir penyusunan skripsi. Penulis bersyukur atas dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Oleh karena itu penulis ingin menyampaikan rasa hormat dan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Chandrasa Soekardi, DEA, selaku Rektor Universitas Widya Husada Semarang
2. Ns. Heny Prasetyorini, M.Kep, selaku Ketua Program Studi Keperawatan Sarjana Universitas Widya Husada Semarang.
3. Ns. Maulidta Karunianingtyas W, M.Kep selaku pembimbing I yang telah memberi bimbingan dan motivasi kepada penulis dengan sabar sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Ns. Dyah Restuning P, M.Kep selaku pembimbing II yang telah memberi bimbingan dan motivasi kepada penulis dengan sabar sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Ns. Dwi Retnaningsih, M.Kes., M.Kep selaku ketua penguji dan atas bimbingan serta masukan dan kritikan beliau, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.

6. Segenap dosen dan seluruh staff pengajar Prodi S1 Keperawatan Universitas Widya Husada Semarang serta semua pihak yang membantu serta memberikan ilmu dan bimbingan pada peneliti.
7. Kepada orangtua, pasangan, keluarga dan teman-teman terdekat penulis yang selalu mendoakan dan mendukung kesuksesan dan keberhasilan dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Kepada seluruh teman-teman RPL S1 Keperawatan Non-Reg, terimakasih sudah saling mendukung dan memberikan semangat kepada peneliti.
9. Kepada seluruh teman-teman Indonesia di *Hattori Hospital* yang selalu support penulis dari proses kuliah sampai penyusunan skripsi ini.
10. Semua pihak yang telah membantu peneliti dalam penyelesaian skripsi.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini jauh dari kesempurnaan, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun sebagai masukan guna melengkapi dan memperbaiki lebih lanjut.

Semarang, 29 Agustus 2025

Diana Ayu Puspitarini

DAFTAR ISI

PERSETUJUAN SIAP UJIAN SKRIPSI	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	v
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	ixi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Tujuan Umum	Error! Bookmark not defined.
2. Tujuan Khusus	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Bagi Institusi Pendidikan	Error! Bookmark not defined.
2. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan	Error! Bookmark not defined.
3. Bagi Peneliti.....	Error! Bookmark not defined.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
A. Konsep Perawat	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian Perawat.....	Error! Bookmark not defined.
2. Peran Perawat.....	Error! Bookmark not defined.
3. Fungsi Perawat.....	Error! Bookmark not defined.
4. Tugas dan Tanggung jawab Perawat.....	Error! Bookmark not defined.
5. Kemampuan Perawat Lansia pada Fasilitas Pelayanan Perawatan di Jepang	Error! Bookmark not defined.

B. Konsep Beban Kerja	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian	Error! Bookmark not defined.
2. Jenis Beban Kerja	Error! Bookmark not defined.
3. Indikator Beban Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
4. Faktor Yang Mempengaruhi Beban Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
5. Dampak Beban Kerja.....	Error! Bookmark not defined.
6. Perhitungan Beban Kerja	Error! Bookmark not defined.
C. Konsep Low Back Pain	Error! Bookmark not defined.
1. Pengertian	Error! Bookmark not defined.
2. Etiologi.....	Error! Bookmark not defined.
3. Tanda dan Gejala.....	Error! Bookmark not defined.
4. Klasifikasi	Error! Bookmark not defined.
5. Faktor Resiko Low Back Pain	Error! Bookmark not defined.
6. Pemeriksaan Penunjang	Error! Bookmark not defined.
7. Manajemen Nyeri pada Low Back Pain ..	Error! Bookmark not defined.
D. Gambaran Hubungan Variabel Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E. Kerangka Teori	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Kerangka Konsep.....	Error! Bookmark not defined.
B. Hipotesis Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Tempat dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E. Populasi dan Sampel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
F. Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
G. Instrumen Penelitian dan Cara Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
H. Analisis Data.....	Error! Bookmark not defined.
I. Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Jadwal Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Deskripsi Lokasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Karakteristik Responden.....	Error! Bookmark not defined.
C. Beban Kerja	Error! Bookmark not defined.

D. Low Back Pain.....	Error! Bookmark not defined.
E. Hubungan Beban Kerja Terhadap Kejadian Low Back Pain Pada Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang	Error! Bookmark not defined.
BAB V PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
A. Karakteristik Responden.....	Error! Bookmark not defined.
B. Beban Kerja	Error! Bookmark not defined.
C. Low Back Pain.....	Error! Bookmark not defined.
D. Hubungan Beban Kerja Terhadap Kejadian Low Back Pain pada Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang	Error! Bookmark not defined.
E. Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Kesimpulan.....	Error! Bookmark not defined.
B. Saran	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
LAMPIRAN.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 3 .1 Definisi Operasional Hubungan Beban Kerja terhadap Kejadian Low Back Pain pada Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 3 .2 Kisi-Kisi Kuesioner Beban Kerja Perawat..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 3 .3 Kisi-Kisi Kuesioner Low Back Pain **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 3. 4 Tingkat Keeratan Korelasi..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Jenis Kelamin Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang Juni 2025..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Responden Usia Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang Juni 2025 **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Responden Pendidikan Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang Juni 2025 **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4 .4 Distribusi Frekuensi Responden Pengalaman Kerja Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang Juni 2025..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Responden Riwayat Cidera Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang Juni 2025..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Responden Beban Kerja Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang Juni 2025 **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. 7 Distribusi Frekuensi Responden Low Back Pain Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang Juni 2025..... **Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4 .8 Hubungan Beban Kerja Terhadap Kejadian Low Back Pain Pada Perawat Lansia Indonesia di Kota Miki Jepang n = 42 **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2 .1 Kerangka Teori	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2 .2 Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Penelitian

Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 4 Data Responden

Lampiran 5 Lembar Kuesioner

Lampiran 6 Surat Ijin Studi Pendahuluan

Lampiran 7 Uji Validitas Kuesioner Beban Kerja Perawat

Lampiran 8 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner Beban Kerja Care Worker

Lampiran 9 Hasil Uji Validitas Kuesioner The Pain and Distress Scale

Lampiran 10 Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner The Pain and Distress Scale

Lampiran 11 Surat Bukti Menjadi Oponen

Lampiran 12 Surat Ijin Penelitian

Lampiran 13 Kode Etik

Lampiran 14 Hasil SPSS

Lampiran 15 Lembar Konsultasi

Lampiran 16 Turnitin Skripsi

Lampiran 17 Artikel

Lampiran 18 Turnitin Artikel

ABSTRAK

Diana Ayu Puspitarini

HUBUNGAN BEBAN KERJA TERHADAP KEJADIAN LOW BACK PAIN PADA PERAWAT LANSIA INDONESIA DI KOTA MIKI JEPANG

xiv + 92 halaman + 12 Tabel + 2 Gambar + 18 Lampiran

Latar Belakang: *Low back pain* (LBP) merupakan salah satu masalah muskuloskeletal yang sering dialami oleh tenaga kesehatan, khususnya perawat. Beban kerja yang tinggi, baik secara fisik maupun mental, dapat meningkatkan risiko terjadinya LBP. Perawat lansia Indonesia yang bekerja di luar negeri, seperti di Kota Miki, Jepang, menghadapi tantangan kerja yang memerlukan aktivitas fisik berulang yang tinggi.

Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan beban kerja terhadap kejadian *low back pain* pada perawat lansia Indonesia di Kota Miki Jepang.

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Sample berjumlah 42 Responden yang dipilih menggunakan teknik total sampling. Instrumen berupa kuesioner beban kerja dan kuesioner *The Pain and Distress Scale*. Uji validitas beban kerja 0,432-0,727 dan *The Pain and Distress Scale* 0,440-0,855. Uji reliabilitas Cronbach's Alpha beban kerja sebesar 0,902 dan *The Pain and Distress Scale* sebesar 0,936. Analisis data dilakukan dengan uji Rank Spearman. Uji etik dengan nomor: 52/EC-LPPM/UWHS/III-2025.

Hasil penelitian: Terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kejadian *low back pain* pada perawat lansia Indonesia di Kota Miki Jepang dengan hasil uji statistik *Rank Spearman* diperoleh $p\text{ value} = 0.000$ ($p\text{ value} \leq 0.05$) yang berarti H_a diterima dan H_0 ditolak, dan nilai $\rho = 0.562$ menunjukkan bahwa kekuatan hubungan sedang, arah hubungan positif dan hubungan searah.

Kesimpulan: Semakin tinggi beban kerja maka semakin tinggi kejadian *low back pain*.

Manfaat: Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu keperawatan, khususnya dalam bidang kesehatan kerja perawat, sebagai bahan pertimbangan dalam upaya pencegahan *low back pain* melalui pengelolaan beban kerja yang tepat.

Kata kunci: beban kerja, *low back pain*, perawat lansia, Indonesia, Jepang

Daftar Pustaka: 50 (2017-2025)

ABSTRACT

Diana Ayu Puspitarini

***The Relationship Between Workload and the Incidence of Low Back Pain
Among Indonesian Elderly Nurses in Miki City, Japan***

xiv + 92 pages + 12 Tables + 2 Figures + 18 Appendices

Background: Low back pain (LBP) is one of the common musculoskeletal problems experienced by healthcare workers, especially nurses. High workloads, both physically and mentally, can increase the risk of LBP. Indonesian elderly nurses working abroad, such as in Miki City, Japan, face work demands that require frequent repetitive physical activity.

Objective: To determine the relationship between workload and the incidence of low back pain among Indonesian elderly nurses in Miki City, Japan.

Methods: This study employed a quantitative cross-sectional approach. The sample consisted of 42 respondents selected using total sampling. Instruments used were the workload questionnaire and The Pain and Distress Scale. The validity test for the workload questionnaire ranged from 0.432 to 0.727, and The Pain and Distress Scale ranged from 0.440 to 0.855. Reliability tests using Cronbach's Alpha resulted in 0.902 for workload and 0.936 for The Pain and Distress Scale. Data were analyzed using Spearman's rank correlation. Ethical approval was obtained under number 52/EC-LPPM/UWHS/III-2025.

Results: There was a significant relationship between workload and the incidence of low back pain among Indonesian elderly nurses in Miki City, Japan. The Spearman's rank test showed a p -value = 0.000 ($p \leq 0.05$), indicating that H_a was accepted and H_0 rejected. The correlation coefficient (ρ) = 0.562, demonstrating a moderate positive relationship.

Conclusion: The higher the workload, the higher the incidence of low back pain.

Implications: The findings of this study are expected to contribute to the development of nursing science, particularly in the field of occupational health, and serve as a reference for preventing low back pain through appropriate workload management.

Keywords: workload, low back pain, elderly nurses, Indonesia, Japan

References: 50 (2017–2025)

