



SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGGUNAAN *CARRIER BAG* DENGAN
KELUHAN *BACK PAIN* PADA MAHASISWA PECINTA ALAM
DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan (S. Kep.)

Oleh :

NOVIAR ALFAGYTA ZAHROTUL MUMTAZZAH

19.1101.1046

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2023**

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGGUNAAN *CARRIER BAG* DENGAN
KELUHAN *BACK PAIN* PADA MAHASISWA PECNTA ALAM
DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan (S. Kep.)

Oleh :
NOVIAR ALFAGYTA ZAHROTUL MUMTAZZAH
19.1101.1046

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2023**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN PENGGUNAAN *CARRIER BAG* DENGAN
KELUHAN *BACK PAIN* PADA MAHASISWA PECINTA ALAM
DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

Noviar Alfagya Zahrotul Mumtazzah
19.1101.1046

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk
dipertahankan dihadapan Tim Penguji Proposal
Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 04 Juli 2023

Pembimbing I


Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes.
NPK. 19790416 1 0305358

Pembimbing II


Ns. M. Ali Harid, S.Kep., M.Kes.
NPK. 19810807 1 0310368

PENGESAHAN

**HUBUNGAN PENGGUNAAN *CARRIER BAG* DENGAN
KELUHAN *BACK PAIN* PADA MAHASISWA PECINTA ALAM
DI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

Noviar Alfagyta Zahrotul Mumtazzah

19.1101.1046

Dewan Penguji Ujian Sidang Skripsi pada Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 04 Juli 2023

Penguji,

1. Ketua : Ners. Ginanjar Sasmito Adi, M.Kep., Sp.Kep.MB. (.....)
NPK. (19900210 1 1509368)
2. Penguji I : Ners. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes.
NPK. (19790416 1 0305358)
3. Penguji II : Ners. M. Ali Hamid, S.Kep., M.Kes.
NPK. (19810807 1 0310368)

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember



Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes.
NPK. 19790416 1 0305358

PENGUJI SKRIPSI

Dewan Penguji Sidang Skripsi pada Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 04 Juli 2023

Penguji I

Ns. Ginanjar Sasmito Adi, M.Kep., Sp.Kep.MB.
NPK. 19900210 1 1509368

Penguji II

Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes.
NPK. 19790416 1 0305358

Penguji III

Ns. M. Ali Hamda, S.Kep., M.Kes.
NPK. 19810807 1 0310368



**SURAT PERNYATAAN
KEABSAHAN KARYA ILMIAH**

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Noviar Alfagyta Zahrotul Mumtazzah
NIM : 1911011046
Tempat, tanggal lahir : Bondowoso, 24 November 2000
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Jl.situbondo – Cermee Rt.13 - Bondowoso
Jurusan/Program Studi : S1-Ilmu Keperawatan
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Universitas : Muhammadiyah Jember

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Ilmiah, dengan Judul di bawah ini :
“Hubungan Penggunaan Carrier Bag Dengan Keluhan Back Pain Pada Mahasiswa Pecinta Alam Di Universitas Muhammadiyah Jember”

1. Penelitian dengan judul tersebut di atas benar-benar telah saya lakukan sebagaimana yang sudah ditulis dalam metode penelitian.
2. Adalah benar **karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain** dan saya ajukan sebagai bahan ujian akhir skripsi.
3. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa karya ilmiah ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Jember, 25 Juli 2023

Yang membuat pernyataan,



(Noviar Alfagyta Zahrotul Mumtazzah)
NIM. 1911011046

MOTTO

“Allah Tidak Membebani Seseorang Melainkan Sesuai Dengan Kemampuannya”

(Q.S. Al-Baqarah: 286)

“Kecerdasan Tanpa Tindakan Akan Dikalahkan Dengan Keberanian dan Kecepatan”

(Merry Riana)

“Yang penting Bukan Siapa Yang Menang atau Kalah, Tuhan Tidak Mewajibkan Untuk Menang Sehingga Kalahpun Bukan Dosa. Yang Penting adalah Seorang Berjuang atau Tak Berjuang”

(Gus Baha)

“Kebodohan Itu Merusak, Tetapi Merasa Dirinya Paling Pintar Lebih Merusak”

(Gus Baha)

“Sesungguhnya Allah Tidak Akan Merubah Keadaan Suatu Kaum Sehingga Mereka Merubah Keadaan Yang Ada Pada Diri Mereka Sendiri”

(Q.S. Ar-Ra’ad: 11)

HALAMAN PERSEMBAHAN

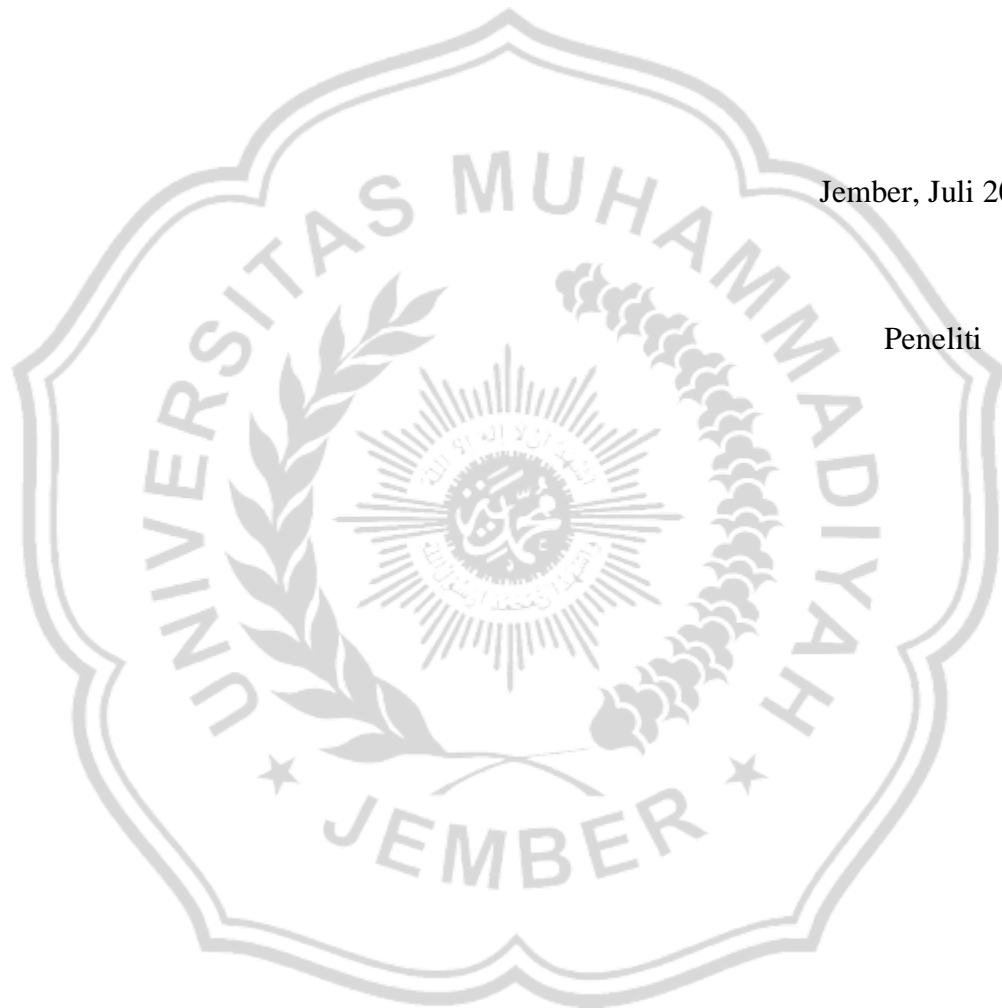
Alhamdulillah robbil 'alamin, puji syukur kehadirat Allah SWT, atas rahmat dan hidayah-Nya, yang selalu memberikan kekuatan, kesabaran, kelembutan dan kemudahan untuk menyelesaikan tugas akhir ini. Semua ini tidak terlepas dari semua doa dan tindakan orang-orang yang saya hormati dan cintai Terima Kasih:

1. Kedua orang tua saya yang saya cintai dan sayangi, terima kasih banyak atas segala kasih sayang, dukungan, semangat dan doanya selama ini.
2. Pembimbing Bapak Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes. dan Ns. M. Ali Hamid, S.Kep., M.Kes. yang selalu sabar, terus memberikan motivasi dan semangat ketika saya menulis banyak revisi dalam skripsi ini, dan kesabarannya dalam membimbing sehingga sangat bermanfaat bagi saya.
3. Dosen yang telah menjadi orang tua kedua, terima kasih atas doa dan ilmu yang diberikan selama saya kuliah di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
4. Rekan-rekan saya di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember angkatan 2019 terima kasih atas doa dan dukungannya.
5. Ketua UKM Mahasiswa Pecinta Alam Universitas Muhammadiyah Jember beserta jajaran pengurus yang telah membantu dan mengizinkan saya untuk mengumpulkan data penelitian.
6. Dan semua pihak lain yang tidak bisa disebutkan satu per satu yang telah membantu dan mendukung saya.

Peneliti menyadari bahwa masih terdapat kekurangan baik dari segi materi maupun teknik penulisan. Peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran dari para pembaca agar skripsi ini dapat lebih baik lagi. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua dan khususnya bagi perkembangan ilmu keperawatan dimasa yang akan datang.

Jember, Juli 2023

Peneliti



KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya, peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Penggunaan *Carrier Bag* Dengan Keluhan *Back Pain* Pada Mahasiswa Pecinta Alam di Universitas Muhammadiyah Jember”. Skripsi ini disusun guna memenuhi syarat untuk melakukan penelitian serta dijadikan sebagai salah satu tugas akhir dalam menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Ilmu Keperawatan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

Skripsi ini dapat terselesaikan berkat bimbingan, bantuan dan dorongan dari berbagai pihak, maka pada kesempatan kali ini perkenankan peneliti untuk menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Dr. Hanafi M.Pd, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Jember
2. Ns. Sasmiyanto, S.Kep., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember dan Dosen Pembimbing 1 yang selalu meluangkan waktu, tenaga dan pikiran serta selalu sabar dalam membimbing peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
3. Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep. selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember
4. Ns. Yeni Suryaningsih, S.Kep., M.Kep. selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah jember
5. Dosen Pembimbing II Ns. M. Ali Hamid, S.Kep., M.Kes. yang selalu meluangkan waktu, tenaga dan pikiran serta selalu sabar dalam membimbing peneliti dalam penyusunan skripsi ini.

6. Dosen Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang penuh dengan tanggung jawab dalam memberikan ilmunya.
7. Kedua orang tua saya yang selalu memberikan doa sekaligus penyemangat dalam penyusunan skripsi ini.
8. Semua teman-teman saya yang selalu mendengarkan keluh kesah dan memberikan *support* kepada saya.

Semoga segala bantuan dan bimbingan yang telah diberikan mendapat imbalan yang sesuai dari Allah SWT. Akhirnya peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih belum sempurna, karenanya peneliti mengharap kritik maupun saran yang sifatnya membangun dan diharapkan dapat menyempurnakan rencana penelitian ini.

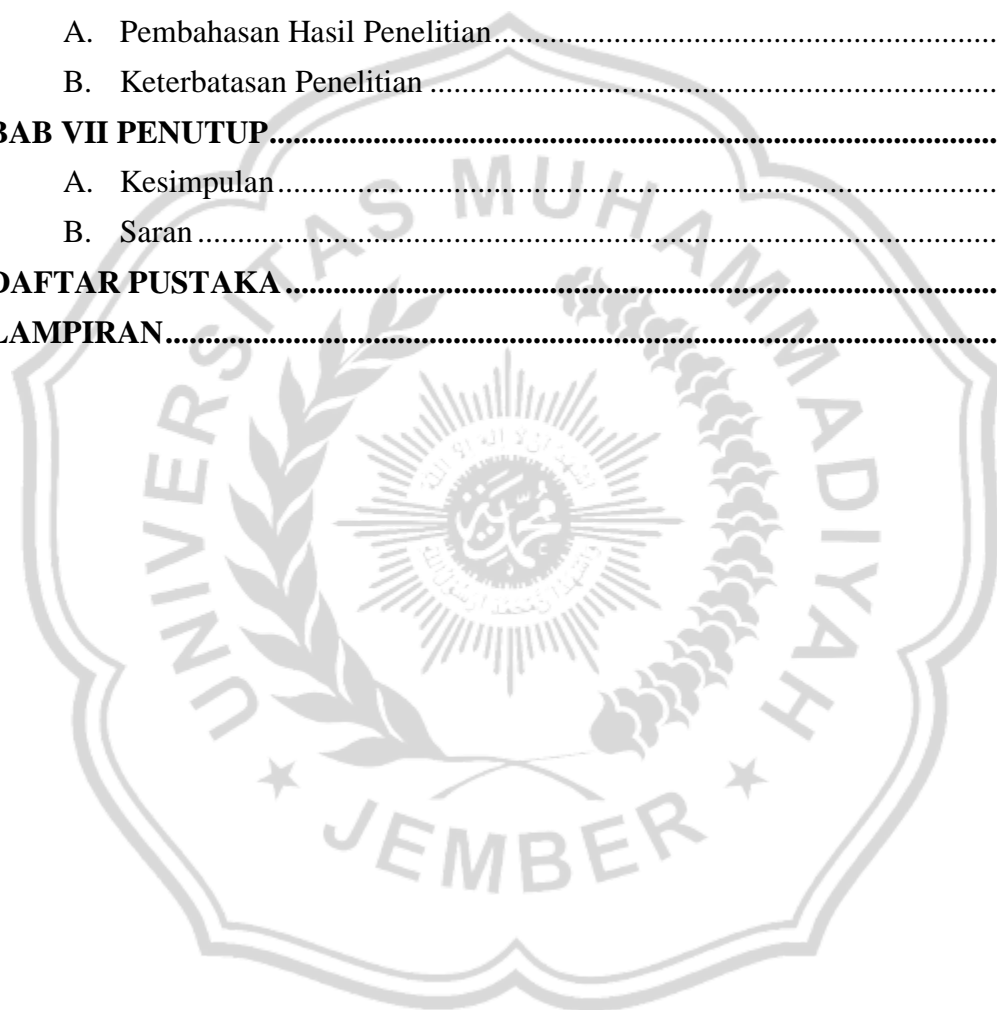
Jember, Juli 2023

Noviar Alfagyta Z.M

DAFTAR ISI

	Hal
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN PERSETUJUAN.....	iii
PENGESAHAN	iv
PENGUJI SKRIPSI	v
MOTTO	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
Abstrak.....	ix
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR BAGAN.....	xvi
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	i
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep <i>Carrier Bag</i>	8
B. Konsep <i>Back Pain</i> atau Nyeri Punggung	19
C. Mahasiswa Pecinta Alam.....	29
D. Adanya Hubungan Penggunaan <i>Carrier Bag</i> dengan Keluhan <i>Back Pain</i>	30
E. Penelitian Terkait.....	30
BAB III KERANGKA TEORI	33
A. Kerangka Konsep	33
B. Hipotesis	33
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN.....	34
A. Desain Penelitian	34
B. Populasi, Sampel dan Sampling	34
C. Definisi Operasional.....	36
C. Tempat Penelitian.....	38
D. Waktu Penelitian.....	38

E. Etika Penelitian.....	38
F. Alat Pengumpulan Data.....	39
G. Prosedur Pengumpulan Data	40
BAB V HASIL PENELITIAN	50
A. Data Umum.....	50
B. Data Khusus.....	53
BAB VI PEMBAHASAN.....	56
A. Pembahasan Hasil Penelitian.....	56
B. Keterbatasan Penelitian	62
BAB VII PENUTUP.....	63
A. Kesimpulan.....	63
B. Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN.....	69



DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 2.1 Anatomi <i>Carrier Bag</i>	9
Gambar 2.2 <i>Backpack</i>	12
Gambar 2.3 <i>Daypack</i>	13
Gambar 2.4 <i>Semi Carrier</i>	14
Gambar 2.5 <i>Rucksack</i>	15
Gambar 2.6 <i>Full Carrier</i>	15
Gambar 2.7 Strategi Packing Yang Benar	18
Gambar 2.8 <i>Kolumna Vertebra</i>	24
Gambar 2.9 Letak otot <i>trapezius, rhomboidius, dan latissimus dorsi</i>	26
Gambar 4.1 Hubungan Antar Variabel	36



DAFTAR SKEMA

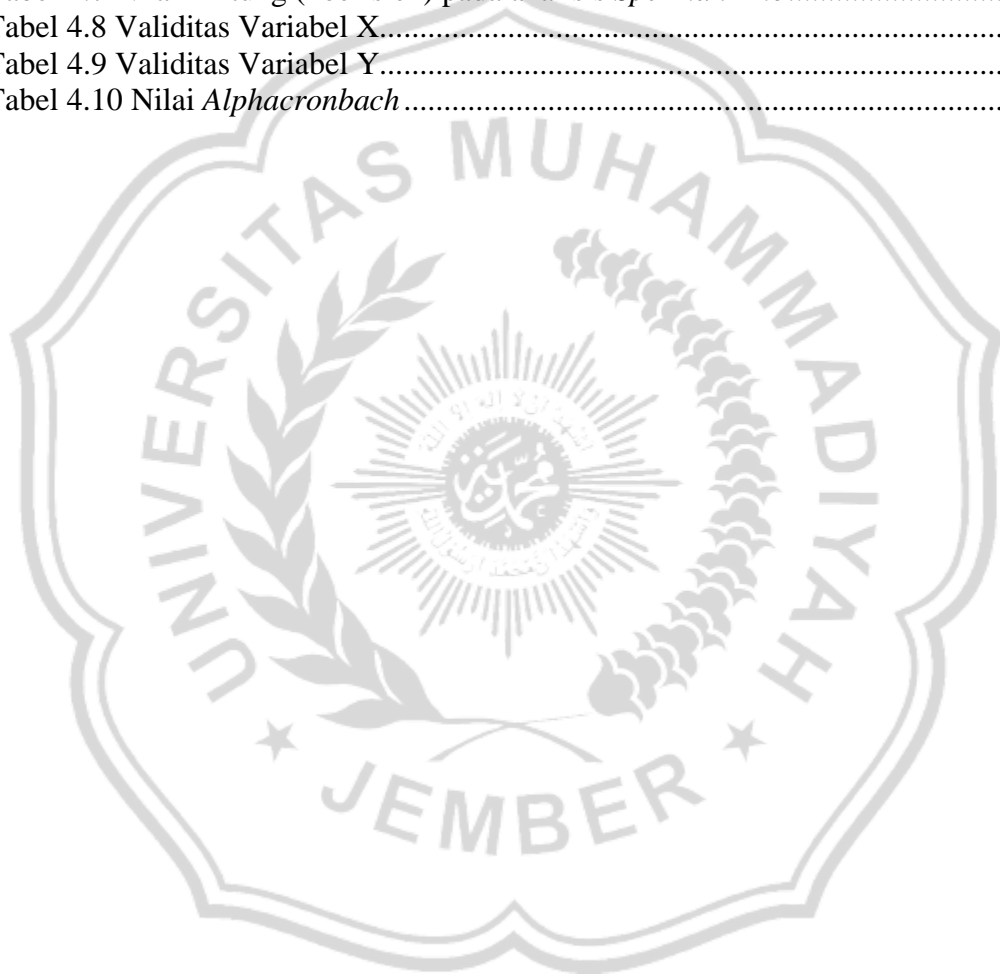
Hal

Bagan 3.1 Kerangka Konsep Penelitian.....33



DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 2.1 Penelitian Terkait	31
Tabel 4.1 Definisi Operasional	37
Tabel 4.2 <i>Skoring</i> Variabel Independen.....	43
Tabel 4.3 <i>Skoring</i> Variabel Dependen	44
Tabel 4.4 <i>Coding Carrier Bag</i>	45
Tabel 4.5 <i>Coding Back Pain</i>	45
Tabel 4.6 Tabel Bantu Analisa Univariat.....	46
Tabel 4.7 Nilai r hitung (koefisien) pada analisis <i>Sperman Rho</i>	47
Tabel 4.8 Validitas Variabel X.....	48
Tabel 4.9 Validitas Variabel Y.....	49
Tabel 4.10 Nilai <i>Alphacronbach</i>	50



DAFTAR LAMPIRAN

	Hal
Lampiran 1 <i>Informed Consent</i>	69
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden	70
Lampiran 3 Instrumen Penelitian	71
Lampiran 4 Kuisisioner <i>Carrier Bag</i>	72
Lampiran 5 Kuesioner Keluhan <i>Back Pain</i>	74
Lampiran 6 Kisi-kisi	76
Lampiran 7 Lembar Pengesahan Judul Skripsi	77
Lampiran 8 Lembar Konsultasi.....	78
Lampiran 9 Lembar Survey Pendahuluan.....	79
Lampiran 10 Lembar Permohonan Ijin Penelitian	80
Lampiran 11 Surat Balasan Ijin Penelitian.....	81
Lampiran 12 Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	82
Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian.....	83
Lampiran 14 Persetujuan Komisi Etik	85
Lampiran 15 Surat Keterangan Bebas Plagiarisme.....	86
Lampiran 16 Daftar Riwayat Hidup.....	87