

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN ANTARA DURASI PENGGUNAAN *SMARTPHONE*  
TERHADAP KEJADIAN *NECK PAIN* PADA MAHASISWA/I TINGKAT  
AKHIR STIKES SUAKA INSAN BANJARMASIN TAHUN 2024**



**Oleh :**

**VIANDRA SEPHIA ANANDA**

**(113063C2120008)**

**PROGRAM STUDI SARJANA FISIOTERAPI  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SUAKA INSAN  
BANJARMASIN**

**2024**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**Skripsi ini telah diperiksa dan disetujui untuk diseminarkan**

**Banjarmasin, 8 Juli 2024**

**Pembimbing**

**Pembimbing I**

**Pembimbing II**

**Bernadus Sadu, S.Tr.Ftr., M.Fis., AIFO**

**Utomo Wicaksono, S.Tr.Ftr., M.Erg**

**Koordinator Tugas Akhir Prodi Sarjana Fisioterapi**

**Utomo Wicaksono, S.Tr.Ftr., M.Erg**

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA DURASI PENGGUNAAN *SMARTPHONE*  
TERHADAP KEJADIAN *NECK PAIN* PADA MAHASISWAI TINGKAT  
AKHIR STIKES SUKA INSAN BANJARMASIN TAHUN 2024

Diajukan Oleh :

VIANDRA SEPHIA ANANDA

113063C2120008

Telah Diseminarkan dan Diujikan


Pada 10 Juli 2024

Penguji I



Dadan Prayogo, S. Tr.Ftr., M. Fis

Penguji II



Ermeisi Er Unja, S.Kep., Ners., M.Kep

Penguji III



Maria Silvana Dhawo, S.Kep., Ners., MHPEd

Mengetahui,

Wakil Ketua STIKES Suaka Insan



Sr. Imelda Ingrit Ladjar, SPC., BSN., MHA., Ph.D

## *CURICULUM VITAE*



Nama : Viandra Sephia Ananda

Tempat, Tanggal Lahir : Banjarmasin, 22 September 2002

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Kristen

Status : Mahasiswa

Nama Orang Tua : Ayah : Wiktorinus Anan  
Ibu : Kutikarti Anastasia

Saudara : -

Alamat : Desa Tampa, RT.01, Kec. Paku, Kab. Barito Timur,  
Prov. Kalimantan Tengah

Riwayat Pendidikan : TK St. Fransiskus Xaverius (2006-2008)  
SDN 1 Tampa (2008-2014)  
SMPN 1 Paku (2014-2017)  
SMAN 1 Paku (2017-2020)  
STIKES Suaka Insan (2020-sekarang)

**HUBUNGAN ANTARA DURASI PENGGUNAAN *SMARTPHONE*  
TERHADAP KEJADIAN *NECK PAIN* PADA MAHASISWA/I TINGKAT  
AKHIR DI STIKES SUAKA INSAN BANJARMASIN TAHUN 2024**

<sup>1,2,3</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin, 70119, Indonesia

Email : [sephiaananda327@gmail.com](mailto:sephiaananda327@gmail.com)

Viandra Sephia Ananda<sup>1</sup>, Bernadus Sadu<sup>2</sup>, Utomo Wicaksono<sup>3</sup>

**INTISARI**

**Latar Belakang :** Tingginya penggunaan *smartphone* yang sudah menjadi kebutuhan bagi hampir seluruh kalangan usia, untuk usia 19-25 tahun menggunakan *smartphone* tidak lebih dari 3-5 jam, durasi ideal untuk penggunaan *smartphone* adalah 4 jam 17 menit dalam sehari. Hasil studi pendahuluan kepada 10 orang mahasiswa/i semester VII di STIKES Suaka Insan, ditemukan hasil durasi penggunaan *smartphone* dalam seminggu mencapai 30-98 jam, durasi paling rendah 5 jam dan tertinggi 12 jam, untuk keluhan *neck pain* 5 orang nyeri ringan, 3 orang nyeri sedang, dan 2 orang tidak nyeri, 80% pernah mengalami keluhan seperti kaku, nyeri dan tegang pada area leher.

**Tujuan :** Mengetahui hubungan antara durasi penggunaan *smartphone* terhadap kejadian *neck pain* pada mahasiswa/i tingkat akhir STIKES Suaka Insan.

**Metode :** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan rancangan *cross sectional*, populasi dan sampel dalam penelitian ini merupakan mahasiswa/i reguler tingkat akhir program studi Sarjana Keperawatan dan Sarjana Fisioterapi tahun ajaran 2023/2024 berjumlah 63 orang, dengan teknik sampling menggunakan teknik *total sampling* uji korelasi menggunakan uji non parametrik *spearman's rho*, teknik pengumpulan data dengan observasi dan *neck pain* dengan skala NRS.

**Hasil :** Hasil uji korelasi nilai  $r$  yaitu 0,31 dikatakan sifat hubungan positif dengan kekuatan hubungan lemah dan  $p$  value 0,01(<0,05).

**Kesimpulan :** Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara durasi penggunaan *smartphone* terhadap kejadian *neck pain* pada mahasiswa/i tingkat akhir STIKES Suaka Insan. Saran pada peneliti selanjutnya untuk menambahkan posisi penggunaan *smartphone*.

**Kata Kunci :** Durasi penggunaan *Smartphone*, Mahasiswa, *Neck pain*

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Sarjana Fisioterapi STIKES Suaka Insan

<sup>2,3</sup> Dosen Program Studi Sarjana Fisioterapi STIKES Suaka Insan

**THE RELATIONSHIP BETWEEN THE DURATION OF SMARTPHONE USE AND THE INCIDENT OF NECK PAIN IN FINAL LEVEL STUDENTS AT THE STIKES SUAKA INSAN BANJARMASIN IN 2024**

<sup>1,2,3</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan Banjarmasin, 70119, Indonesia

Email : [sephiaananda327@gmail.com](mailto:sephiaananda327@gmail.com)

Viandra Sephia Ananda<sup>1</sup>, Bernadus Sadu<sup>2</sup>, Utomo Wicaksono<sup>3</sup>

**ABSTRACT**

**Background:** *The high use of smartphones has become a necessity for almost all age groups. For 19–25-year-olds using smartphones for no more than 3-5 hours, the ideal duration for smartphone use is 4 hours, 17 minutes a day. A preliminary study on 10 semester VII students at STIKES Suaka Insan found that the duration of smartphone use in a week reached 30-98 hours; the lowest duration was 5 hours and the highest was 12 hours. For complaints of neck pain, 5 people had mild pain, 3 people had moderate pain, and 2 people had no pain. 80% had experienced complaints such as stiffness, pain, and tension in the neck area.*

**Objective:** *To determine the relationship between the duration of smartphone use and the incidence of neck pain in final-year students of STIKES Suaka Insan.*

**Method:** *This is quantitative research using a cross-sectional plan. The population and sample in this research are regular final-year students of the Bachelor of Nursing and Bachelor of Physiotherapy study programs for the 2023/2024 academic year, totaling 63 people, with a sampling technique using the total correlation test sampling technique. using the non-parametric Spearman's rho test, data collection techniques using observation, and neck pain using the NRS scale.*

**Results:** *The results of the correlation test, the  $r$  value, namely 0.31, are said to be a positive relationship with sufficient relationship strength and a  $p$  value of 0.01 ( $<0.05$ ).*

**Conclusion:** *Based on the research results, it can be concluded that there is a significant relationship between the duration of smartphone use and the incidence of neck pain in final-year students of STIKES Suaka Insan. Suggestions for future researchers to add a position for smartphone use.*

**Key Word :** *Duration of Smartphone, Neck pain, Student*

---

<sup>1</sup> Student of STIKES Suaka Insan Physiotherapy Study Program

<sup>2,3</sup> Lecturer at STIKES Suaka Insan Physiotherapy Study Program



## LEMBAR ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah karya tulis asli saya dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister) baik di STIKES Suaka Insan maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian penulis sendiri tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing atau penguji.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku diperguruan tinggi ini.

Banjarmasin, 10 Juli 2024

Yang membuat pernyataan



*Viandra Sephia Ananda*  
**Viandra Sephia Ananda**

## PENYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Viandra Sephia Ananda

NIM : 113063C2120008

Prodi : Sarjana Fisioterapi

Jenis Karya : Skripsi

Sebagai Civitas Akademika STIKES Suaka Insan Banjarmasin, yang turut serta mendukung pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIKES Suaka Insan Banjarmasin Karya Ilmiah saya yang berjudul : “Hubungan Antara Durasi Penggunaan *Smartphone* Terhadap Kejadian *Neck Pain* Pada Mahasiswa/I Tingkat Akhir Di STIKES Suaka Insan Banjarmasin Tahun 2024”

Dengan adanya Hak Bebas Royalti ini maka, STIKES Suaka Insan Banjarmasin mempunyai kebebasan secara penuh untuk menyimpan, melakukan editing, mengalihkan ke format/media yang berbeda, melakukan kelolaan berupa database serta melakukan publikasi tugas akhir saya ini dengan pertimbangan tetap mencantumkan nama penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta dengan segala perangkat yang ada (bila diperlukan). Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Banjarmasin, 10 Juli 2024

Saya yang menyatakan



*Viandra Sephia Ananda*  
**Viandra Sephia Ananda**



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa karena dengan anugerahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “Hubungan Antara Durasi Penggunaan *Smartphone* Terhadap Kejadian *Neck pain* Pada Mahasiswa/i Tingkat Akhir STIKES Suaka Insan Banjarmasin Tahun 2024”.

Skripsi ini disusun untuk melengkapi sebagian syarat untuk memperoleh gelar sarjana Fisioterapi di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Suaka Insan. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak yang telah meluangkan waktu dan memberikan bantuan dan bimbingan bagi penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang sebanyak-banyaknya dan sebesar-besarnya kepada :

1. Sr. Imelda Ingir Ladjar, SPC., BSN., MHA., Ph.D selaku Ketua STIKES Suaka Insan.
2. Maria Silvana Dhawo, S.Kep., Ners., MHPed selaku Wakil Ketua I STIKES Suaka Insan, sekaligus sebagai penguji III.
3. Sr. Getrudis Tutpai, SPC., S.Pd., M.Psi selaku Wakil Ketua II STIKES Suaka Insan.
4. Lucia Andi Chrismilasari, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Wakil Ketua III STIKES Suaka Insan.
5. Theresia Jamini, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan dan Profesi Ners STIKES Suaka Insan

6. Bernadus Sadu, S.Tr.Ftr., M.Fis., AIFO selaku Ketua Program Studi Sarjana Fisioterapi STIKES Suaka Insan dan sebagai pembimbing I dalam memberikan arahan dan bimbingan penyusunan skripsi ini.
7. Utomo Wicaksono S.Tr.Ftr., M.Erg selaku Koordinator Riset Program Studi Sarjana Fisioterapi STIKES Suaka Insan dan sebagai pembimbing II dalam skripsi ini.
8. Dadan Prayogo, S.Tr.Ftr., M.Fis selaku Pembimbing Akademik dan penguji I dalam skripsi ini.
9. Ermeisi Er Unja, S.Kep., Ners., M.Kep selaku penguji II
10. Mahasiswa/i tingkat akhir STIKES Suaka Insan yang telah bersedia menjadi responden.
11. Orang tua, keluarga dan saudara yang selalu memberikan dukungan selama pengerjaan skripsi ini.
12. Seluruh teman-teman Sarjana Fisioterapi Angkatan I yang telah memberikan dukungan dan bantuan selama ini.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat menyumbang sesuatu yang bermanfaat bagi pembaca terutama untuk pengembangan ilmu fisioterapi khususnya dalam bidang fisioterapi muskuloskeletal.

Banjarmasin, 10 Juli 2024

Peneliti



**Viandra Sephia Ananda**

## **LEMBAR PERSEMBAHAN**

Puji dan Syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yesus atas segala pertolongan, bimbingan, dan sukacita dari Nya saya senantiasa berada dalam lindungan tangan pengasih Tuhan Yesus yang telah memberikan saya napas kehidupan dan semangat, sehingga dapat menyelesaikan skripsi saya.

Persembahan tugas akhir ini dan rasa terima kasih saya ucapkan untuk :

1. Keluarga tercinta, papah dan mamah yang telah memberikan kasih sayang, doa, dukungan serta motivasi baik secara moral maupun materi.
2. Saya mengucapkan terima kasih yang tulus kepada bapak Bernadus, bapak Utomo, dan bapak Dadan yang telah membimbing saya untuk menyelesaikan skripsi ini arahan dan bimbingan yang Bapak/Ibu berikan sangat amat membantu dalam setiap langkah penyelesaian skripsi ini.
3. Terima kasih sebesar-besarnya kepada STIKES Suaka Insan atas izin dan kesempatan yang diberikan kepada untuk melakukan penelitian, serta sebagai tempat saya di didik, di latih, dibina, dan dibimbing selama saya berkuliah untuk menjadi tenaga kesehatan.
4. Kepada teman-teman dari angkatan I yang selalu memberikan dukungan, doa, dan semangat, sebagai tempat berbagi cerita dan bertukar pendapat selama masa perkuliahan, saya merasa sangat bersyukur atas kehadiran kalian dalam hidup saya.

5. Kepada saudari saya Michaela Issohone terima kasih atas doa, dukungan, pertolongan serta semangat yang diberikan dari awal saya kuliah hingga sampai pada titik ini.
6. Kepada siapapun yang telah menolong dan menemani saya selama menyelesaikan skripsi ini baik bertukar pikiran maupun pendapat bahkan menjadi pendengar keluh kesah saya, saya mengucapkan terimakasih banyak.

Sekali lagi saya ucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah terlibat dalam penyelesaian skripsi ini, semoga Tuhan Yesus membalas kebaikan yang telah kalian berikan dunia maupun akhirat.

(Matius 5:38)

Kamu telah mendengar firman: Mata ganti mata dan gigi ganti gigi.

(Ibrani 13:16)

Dan janganlah kamu lupa berbuat baik dan memberi bantuan, sebab korban-korban yang demikianlah yang berkenan kepada Allah.

## DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
<i>CURICULUM VITAE</i>	iii
INTISARI	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
LEMBAR ORISINALITAS	vi
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vii
KATA PENGANTAR	x
LEMBAR PERSEMBAHAN	xii
DAFTAR ISI	xv
DAFTAR TABEL	xvi
DAFTAR GAMBAR	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	7
D. Manfaat Penelitian	8
E. Keaslian Penelitian	9
BAB II	12



TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Telaah Pustaka	12
1. Konsep <i>Smartphone</i>	12
2. Konsep <i>Neck Pain</i>	21
B. Kerangka Berfikir	47
C. Konsep Penelitian	49
D. Pernyataan Penelitian (Hipotesis)	50
BAB III	52
METODOLOGI PENELITIAN	52
A. Jenis Dan Rancangan Penelitian	52
B. Variabel Penelitian	52
C. Definisi Operasional	53
D. Tempat Dan Waktu Penelitian	54
E. Populasi	54
F. Instrumen Penelitian	55
G. Uji Validitas Dan Reliabilitas	56
H. Teknik Prosedur & Pengumpulan Data	56
I. Analisis Data	58
J. Kelemahan Penelitian	62
K. Pertimbangan Etik	63
BAB IV	66
HASIL DAN PEMBAHASAN	66

A. Gambaran Umum Tempat Penelitian	66
B. Hasil Penelitian	68
C. Pembahasan	71
BAB V	76
KESIMPULAN DAN SARAN	76
A. Kesimpulan	76
B. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA	77
LAMPIRAN	85