

Abstrak

Postural kifosis adalah sebuah kondisi yang ditandai oleh kelengkungan berlebih pada daerah toraks tulang belakang. Dalam kehidupan modern, kebiasaan postur tubuh yang buruk, seperti posisi duduk yang tidak ergonomis dan penggunaan perangkat elektronik yang berlebihan, semakin umum terjadi. Metode penelitian melibatkan pengumpulan data dari mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia melalui kuesioner dan observasi. Pengukuran tingkat postural kifosis dilakukan menggunakan teknologi digital inclinometer yang telah teruji. Analisis statistik digunakan untuk mengevaluasi korelasi antara kebiasaan postur tubuh dan tingkat postural kifosis.

Kata Kunci : *Postur Tubuh, Postural Kifosis, Kebiasaan Postur Tubuh, Inclinometer Digital, Kesehatan Tulang Belakang*

Abstract

Postural kyphosis is a condition characterized by excessive curvature in the thoracic region of the spine. In modern life, poor posture habits, such as non-ergonomic sitting positions and excessive use of electronic devices, are becoming increasingly common. The research method involves collecting data from students at the Faculty of Medicine, Universitas Prima Indonesia, through questionnaires and observations. The measurement of the level of postural kyphosis is carried out using tested digital inclinometer technology. Statistical analysis is used to evaluate the correlation between posture habits and the level of postural kyphosis.

Keywords : *Body Posture, Postural Kyphosis, Body Posture Habits, Digital Inclinometer, Spine Health*