

GAMBARAN GANGGUAN MUSKULOSKELETAL DI AREA PERGELANGAN TANGAN PADA GURU DI DAERAH JABODETABEK

Hanjuani Sendi Rockitamay

Abstrak

Nyeri pergelangan tangan dapat terjadi pada siapa saja dengan rasa nyeri ringan bahkan hingga tinggi. Pada saat pandemi Covid-19 pembatasan sosial berskala besar dilakukan sehingga kegiatan belajar mengajar dilakukan secara daring. Hal ini mengakibatkan timbulnya gangguan muskuloskeletal pada guru salah satunya pada area pergelangan tangan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mencari persentase dan mengkaji data terhadap gangguan muskuloskeletal di area pergelangan tangan pada guru di daerah Jabodetabek. Desain penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional study* melalui kuesioner. Populasi pada penelitian ini adalah Guru di daerah Jabodetabek. Parameter yang digunakan adalah NMQ (*Nordic Musculoskeletal Questionare*) dan NRS (*Numeric Rating Scale*) untuk mengukur tingkatan nyeri. Berdasarkan hasil penelitian 86 guru mengalami nyeri pergelangan tangan dengan persentase tertinggi pada kisaran usia 31-40 tahun (29.1%) dengan mayoritas penderita perempuan 64 guru (74.4%). Kesimpulan dalam penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran guru terhadap keluhan nyeri pergelangan tangan harus diperhatikan dengan memperhatikan faktor-faktor resiko yang dapat menyebabkan terjadinya nyeri pergelangan tangan.

Kata Kunci: nyeri pergelangan tangan, guru, faktor resiko

OVERVIEW OF MUSCULOSKELETAL DISORDERS IN THE WRIST AREA IN JABODETABEK TEACHERS

Hanjuani Sendi Rockitamay

Abstract

Wrist pain can occur in anyone with pain that can be mild even to high. At the time of the Covid-19 pandemic large-scale social restrictions were carried out so that teaching and learning activities were conducted online. This results in the appearance of musculoskeletal disorders in teachers, one of which is in the wrist area. The purpose of this study was to find percentages and review data on musculoskeletal disorders in the wrist area in Jabodetabek teachers. The design of this study is descriptive quantitative with cross-sectional study approach through questionnaire. The parameters used are NMQ (Nordic Musculoskeletal Questionnaire) and NRS (Numeric Rating Scale) to measure pain levels. Based on the results of the study 86 teachers experienced wrist pain with the highest percentage in the age range of 31-40 years (29.1%) with the majority of female sufferers 64 teachers (74.4%). The conclusions in this study are expected to increase teachers' awareness of wrist pain complaints should be considered by paying attention to risk factors that can cause wrist pain.

Keywords: wrist pain, teachers, risk facto