

GAMBARAN GANGGUAN MUSKULOSKELETAL PADA AREA LUTUT PADA GURU DI DAERAH JABODETABEK

Luthfiyah G

Abstrak

Gangguan muskuloskeletal atau *musculoskeletal disorders* (MSD) masih dapat terjadi pada guru pada saat kegiatan *stay at home* ketika WFH, salah satunya adalah nyeri pada lutut yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Faktor-faktor seperti jenis kelamin, usia, IMT, masa kerja, ergonomi dikaitkan dengan tingkat prevalensi MSDs yang lebih tinggi di antara guru-guru. Tujuan pada penelitian ini adalah mengkaji gambaran gangguan muskuloskeletal di lutut pada guru sekolah di daerah Jabodetabek. Desain penelitian yang digunakan yaitu deskriptif kuantitatif menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam studi ini adalah guru sekolah di Jabodetabek. Didapatkan sampel sebanyak 325 guru yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pada hasil penelitian, terdapat 75 guru (23.1%) yang mengalami keluhan muskuloskeletal pada area lutut, sedangkan 250 guru (76.9%) guru lainnya tidak mengalami keluhan pada lutut. Sebagian besar dari guru yang mengalami gangguan tersebut adalah guru perempuan (81.3%) dengan presentase usia tertinggi yaitu 32% dan termasuk dalam kategori obesitas 1 (34.7%). Mayoritas guru yang mengalami keluhan pada lutut sudah bekerja selama > 15 tahun (50.7%) dengan durasi kerja 4-5 jam (38.7%) saat pandemi. Sebagian besar guru menghabiskan waktu duduk kurang dari 3 jam (58.7%) saat mengajar dan < 10 menit (38.7%) untuk durasi berdiri. Dari 75 guru yang memiliki keluhan, sebanyak 29 guru (38.7%) sudah menerapkan posisi yang ergonomis saat mengajar. Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat gangguan muskuloskeletal yang terjadi pada lutut dengan presentase 23.1% dan beberapa faktor yang erat kaitannya dengan keluhan tersebut.

Kata Kunci : gangguan muskuloskeletal pada lutut, guru, faktor risiko.

PREVALENCE OF MUSCULOSKELETAL DISORDERS IN THE KNEE AMONG TEACHERS IN THE JABODETABEK REGION

Luthfiyah G

Abstract

Musculoskeletal disorders (MSD) can still occur in teachers during stay at home activities during WFH, one of which is knee pain that can interfere with daily activities. Factors such as gender, age, BMI, years of service, ergonomics were associated with a higher prevalence of MSDs among teachers. The purpose of this study was to examine the description of musculoskeletal disorders in the knee in school teachers in the Jabodetabek area. The research design used is descriptive quantitative with a cross sectional approach. The population in this study are school teachers in Jabodetabek. Obtained a sample of 325 teachers who met the inclusion and exclusion criteria. In the results of the study, there were 75 teachers (23.1%) who experienced musculoskeletal complaints in the knee area, while 250 teachers (76.9%) did not experience knee complaints. Most of the teachers who experienced this disorder were female teachers (81.3%) with the highest age percentage at 32% and included in the obesity category 1 (34.7%). The majority of teachers who experience knee complaints have worked for > 15 years (50.7%) with a work duration of 4-5 hours (38.7%) during the pandemic. Most of the teachers spent less than 3 hours sitting (58.7%) while teaching and < 10 minutes (38.7%) for standing. Of the 75 teachers who have complaints, as many as 29 teachers (38.7%) have implemented an ergonomic position when teaching. The conclusion of this study is that there are musculoskeletal disorders that occur in the knee with a percentage of 23.1% and several factors that are closely related to these complaints.

Keywords: musculoskeletal disorders of the knee, teacher risk factors.