

# HUBUNGAN ANTARA DURASI PENGGUNAAN *SMARTPHONE* DENGAN KELUHAN NYERI PERGELANGAN TANGAN PADA TIM *E-SPORT* MOBILE LEGEND UPN VETERAN JAKARTA

Achika Beauty Sarinah

## Abstrak

*Smartphone* adalah telepon seluler (ponsel) yang memiliki sistem operasi lengkap. *Gamers* sebutan bagi pengguna *game* yang terdiri dari 51% *gamers* pengguna *smartphone* dan 49% lainnya pengguna komputer. *E-Sport* adalah olahraga yang mengasah keterampilan neurocognitive termasuk koordinasi tangan-mata yang efektif dalam pengembangan waktu reaksi dan pengambilan keputusan yang cepat di dalam lingkungan persaingan virtual. Keluhan muskuloskeletal pada saat mengoperasikan *smartphone* disebabkan oleh gerakan menggenggam atau menjepit dengan kuat, posisi ekstrim pada pergelangan tangan misalnya deviasi ulnar, postur pada saat penggunaan *smartphone* dalam gerakan statis dengan fisiologis posisi fleksi dan ekstensi pergelangan tangan yang berulang dapat menyebabkan pemendekan jaringan ikat dan otot. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan durasi penggunaan *smartphone* dengan nyeri pergelangan tangan pada Mahasiswa UPN Veteran Jakarta. Penulisan Karya Tulis Ilmiah pun menggunakan korelasional dengan pendekatan *Cross-sectional Study* dengan jumlah sampel sebanyak 88 responden. Parameter yang digunakan untuk mengukur durasi penggunaan *smartphone* adalah jam dan nyeri pergelangan tangan adalah NRS. Berdasarkan SPSS 25 didapatkan *correlation coefficient pearson* dengan  $p=0,245$  ( $< 0,05$ ). Kesimpulan nya terdapat hubungan antara durasi penggunaan *smartphone* dan nyeri pergelangan tangan bernilai positif atau searah.

**Kata Kunci:** durasi penggunaan *smartphone*, nyeri pergelangan tangan, *E-sport*.

# **THE RELATIONSHIP BETWEEN DURATION OF SMARTPHONE USE AND WRIST PAIN IN THE E-SPORT MOBILE LEGEND UPN VETERANS JAKARTA**

**Achika Beauty Sarinah**

## **Abstract**

Smartphone is a cellular phone (cell phone) that has a complete operating system. Gamers is a term for game users consisting of 51% smartphone gamers and 49% computer users. E-Sport is a sport that hones neurocognitive skills including effective hand-eye coordination in developing reaction time and fast decision making in a virtual competitive environment. Musculoskeletal complaints when operating a smartphone are caused by gripping or clamping movements strongly, extreme positions of the wrist such as ulnar deviation, posture when using a smartphone in static movements with physiological repetitive flexion and extension positions of the wrist can cause shortening of connective tissue and muscles. The purpose of this research was to determine the relationship between the duration of smartphone use and wrist pain in UPN Veterans Jakarta students. This research uses a correlational cross-sectional study approach with a total sample of 88 respondents. Data were collected to measure the duration of smartphone use are hours and wrist pain by NRS. Processing the data in this study are based on SPSS 25, the Pearson correlation coefficient was obtained with  $p = 0.245 (< 0.05)$ . The conclusion of this study revealed a relationship between the duration of smartphone use and wrist pain which is positive or unidirectional.

**Keywords:** duration of smartphone use, wrist pain, E-sport