

# HUBUNGAN *WORKSTATION* DAN POSTUR KERJA TERHADAP KELUHAN MUSCULOSKELETAL DISORDERS PADA KARYAWAN PT XYZ BEKASI TAHUN 2023

Syafiqa rohalia

## Abstrak

*Musculoskeletal Disorders* (MSDs) dipengaruhi oleh berbagai macam faktor seperti postur kerja dan *workstation*. Banyaknya sektor pada PT XYZ, menghasilkan beban kerja yang cukup banyak bagi pekerja *white collar* yang berada di kantor sehingga mengharuskan pekerja untuk duduk dengan waktu yang lama dan posisi yang statis. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara *workstation*, postur kerja, usia, Indeks Massa Tubuh (IMT), masa kerja, dan jenis kelamin. Populasi penelitian ini berupa pekerja *white collar* pada PT XYZ dengan sampel penelitian berjumlah 89 pekerja yang dipilih dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Desain studi yang digunakan yaitu *cross-sectional*, dengan menggunakan uji *chi square*. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara postur kerja ( $p\text{-value} = 0,007$ ) dan *workstation* ( $p\text{-value} = 0,001$ ) terhadap keluhan MSDs sedangkan tidak adanya hubungan yang bermakna antara usia ( $p\text{-value} = 1,000$ ), IMT ( $p\text{-value} = 0,485$ ), masa kerja ( $p\text{-value} = 1,000$ ), dan jenis kelamin ( $p\text{-value} = 0,522$ ) dengan keluhan MSDs. Oleh karena itu, pekerja perlu menerapkan postur tubuh yang sesuai dan melakukan peregangan pada saat bekerja. Selain itu, pihak perusahaan dapat memberikan *workstation* yang *adjust-able* bagi dan memberikan penyuluhan mengenai postur kerja yang baik.

**Kata Kunci :** *musculoskeletal disorders*, *workstation*, postur kerja

# **THE ASSOCIATION OF WORKSTATION AND WORK POSTURE ON MUSCULOSKELETAL DISORDERS COMPLAINTS AMONG PT XYZ BEKASI EMPLOYEES IN 2023**

**Syafiq Rohalia**

## **Abstract**

Musculoskeletal Disorders (MSDs) was influenced by various factors such as work posture and workstations. The high workload at XYZ LLC caused white collar workers had to sit in a static position for a quite long time. This research aims to identify the association between MSDs with workstations, work posture, age, body mass index (BMI), length of work, sex, and length of sitting. The populations of this research were white collar workers on XYZ LLC with 89 sampels participated and selected by accidental sampling. This research used cross-sectional design and chi-square test for analyzed the primary data. The results showed that factors associated to MSDs were work posture (p-value = 0.007) and workstation (p-value = 0.001). Meanwhile, age (p-value = 1,000), BMI (p-value = 1.000), length of service (p-value = 0.485), sex (p-value = 1.000), and length of sitting (p-value = 0.522) has no association with MSDs. Therefore, workers must apply proper posture and stretch while work. Futhermore, the company can provide adjustable workstations and provide counseling program regarding good work posture.

**Keywords:** musculoskeletal disorders, workstation, work posture