



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

SKRIPSI

SYAFIQA ROHALIA

1910713108

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2023**



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

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat**

SYAFIQA ROHALIA

1910713108

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA

2023

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Syafiq Rohalia

NRP : 1910713108

Tanggal : 22 Juni 2023

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 22 Juni 2023

Yang Menyatakan,



**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Syafiq Rohalia
NRP : 1910713108
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul Hubungan *Workstation* dan Postur Kerja Terhadap Keluhan Musculoskeletal Disorders Pada Karyawan PT XYZ Bekasi Tahun 2023

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 22, Juni 2023

Yang menyatakan,



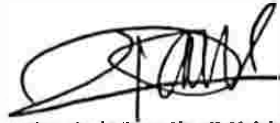
(Syafiq Rohalia)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:


Nama : Syafiqah Rohalia
NRP : 1910713108
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Workstation dan Postur Kerja Terhadap
Keluhan Musculoskeletal Disorders Pada Karyawan PT
XYZ Bekasi Tahun 2023

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Dr. Apiningsih, S.K.M., M.K.M.

Ketua Penguji



Ulya Qoulan Karima, S.K.M., M.Epid.

Penguji I



Azizah Musliha Fitri, S.K.M., M.P.H.

Penguji II (Pembimbing)



Quiriskan di : Jakarta
Tanggal Ujian : 22 Juni 2023



Arga Buntara, S.K.M., M.P.H.

Koor. Prodi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

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

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah SWT, berkat rahmat dan hidayah-Nya penulis dapat menyusun skripsi dengan judul “**Hubungan *Workstation* dan Postur Kerja Terhadap Keluhan Musculoskeletal Disorders Pada Karyawan PT XYZ Bekasi Tahun 2023**” sebagai salah satu syarat pemenuhan skripsi semester gasal.

Penulis menyadari kelemahan serta keterbatasan yang ada sehingga dalam menyelesaikan proposal penelitian ini memperoleh bantuan dari berbagai pihak, dalam kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih kepada:

1. Para Dosen yang telah membimbing penulis dalam penyusunan proposal penelitian ini.
2. Kedua orang tua dan teman-teman penulis yang memberikan dukungan dan membantu dalam penelitian yang dilakukan.
3. Sumber-sumber atau referensi berupa buku maupun jurnal yang penulis gunakan dalam menunjang proposal penelitian ini sehingga proposal penelitian dapat tersusun dengan baik.

Penulis menyadari bahwa proposal penelitian ini masih ada kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun guna menyempurnakan segala kekurangan dalam penyusunan proposal penelitian ini. Semoga proposal penelitian ini dapat bermanfaat tidak hanya bagi penulis juga bagi para pembaca.

Jakarta, 22 Juni 2023

Penulis

Syafiq Rohalia

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	13
I.1 Latar Belakang.....	13
I.2 Rumusan Masalah.....	16
I.3 Tujuan Penelitian	17
I.4 Manfaat Penelitian	17
I.5 Ruang Lingkup	18
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	20
II.1 <i>Musculoskeletal Disorders</i>	20
II.2 <i>Workstation</i>	31
II.3 <i>Nordic Body Map</i>	36
II.4 <i>Rapid Office Station Assessment (ROSA)</i>	37
II.5 Penelitian Terkait.....	39
II.6 Kerangka Teori	43
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	44
III.1 Kerangka Konsep.....	44
III.2 Hipotesis Penelitian	45
III.3 Definisi Operasional	46
III.4 Desain Penelitian	48
III.5 Tempat dan Waktu Penelitian.....	48
III.6 Populasi dan Sampel.....	48
III.7 Pengumpulan Data.....	50
III.8 Instrumen Penelitian	50
III.9 Pengolahan Data	55
III.10 Analisis Data	55
III.11 Etika Penelitian	56
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	57
IV.1 Gambaran Umum Tempat Penelitian	57
IV.2 Hasil Analisis.....	57

IV.3 Pembahasan.....	61
IV.4 Keterbatasan Penelitian	68
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	69
V.1 Kesimpulan.....	69
V.2 Saran	69
DAFTAR PUSTAKA	71
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Penelitian Terdahulu	39
Tabel 2	Definisi Operasional	46
Tabel 3	Hasil Perhitungan Jumlah Sampling	50
Tabel 4	Tingkat Keluhan Nordic Body Map	52
Tabel 5	Total skor Nordic Body Map	52
Tabel 6	Lembar Observasi Ukuran Stasiun Kerja.....	54
Tabel 7	Analisis Univariat Musculoskeletal Disorders.....	58
Tabel 8	Hasil Analisis Univariat Variabel Independen	58
Tabel 9	Hasil Analisis Bivariat	59

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Tendon berselubung pada tangan	23
Gambar 2	Tendon tanpa selubung pada lengan atas	24
Gambar 3	Pergelangan tangan dalam kondisi normal.....	25
Gambar 4	Pergelangan tangan dengan kompresi pada saraf medianus	25
Gambar 5	Layout Workstation yang Ergonomic	32
Gambar 6	Postur Tubuh Kerja yang Ergonomic.....	33
Gambar 7	Pedoman Ketinggian Landasan Kerja	34
Gambar 8	Posisi Duduk	36
Gambar 9	Pembagian tubuh dalam kuisisioner Nordic Body Map	37
Gambar 10	Kerangka Teori.....	43
Gambar 11	Kerangka Konsep	45
Gambar 12	Kuisisioner Nordic Body Map (NBM)	52

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Time Schedule
- Lampiran 2 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 3 Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 4 Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data
- Lampiran 5 Surat Permohonan Ethical Clearance
- Lampiran 6 Lembar Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP)
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan Subjek
- Lampiran 8 Lembar Kuisisioner
- Lampiran 9 Hasil Analisis Univariat
- Lampiran 10 Hasil Analisis Bivariat
- Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian
- Lampiran 12 Hasil Turnitin