

# HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK IBU RUMAH TANGGA DENGAN *MUSCULOSKELETAL DISORDER* DI RW014 CIBUBUR JAKARTA TIMUR

Mochamad Akbar Ridwan Firdaus

## Abstrak

**Latar belakang:** Menurut data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi gangguan muskuloskeletal/*muskuloskeletal disorders* di Indonesia sebanyak (7,30%). *Muskuloskeletal disorders* (MSDs) merupakan kelainan pada otot, saraf, tendon, sendi, tulang rawan dan struktur pendukung pada ekstermitas atas dan bawah. *Muskuloskeletal disorders* yang terjadi pada ibu rumah tangga memiliki prevalensi yang tinggi dimana hal tersebut menunjukkan bahwa pekerjaan rumah tangga dapat menjadi faktor risiko terhadap perkembangan *muskuloskeletal disorders*. *Muskuloskeletal disorders* yang terjadi berkembang dari waktu ke waktu akibat aktivitas yang dilakukan secara berulang, menyebabkan stress dan cedera pada jaringan tersebut. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik Ibu Rumah Tangga dengan *Muskuloskeletal Disorder*. **Metode:** Metode penelitian ini menerapkan pendekatan kuantitatif korelasional dengan menggunakan metode *cross-sectional study*. Sampel pada penelitian ini adalah 90 sampel ibu rumah tangga. Parameter yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner IPAQ yang digunakan untuk mengukur tingkat aktivitas fisik dan *Nordic Body Map Questionnaire* untuk mengukur *muskuloskeletal disorders*. **Hasil:** Penelitian ini menemukan hasil bahwa tingkat aktivitas fisik sampel terbanyak pada kategori sedang 73,3%. Hasil uji korelasi *Spearman*, didapatkan hasil  $p= 0,000$  pada variabel aktivitas fisik dan *muskuloskeletal disorder* sehingga  $p<0,05$  dengan *correlation coefficient* yaitu 0,920, maka nilai ini menandakan kekuatan korelasi yang kuat. **Kesimpulan:** Adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan *muskuloskeletal disorder* pada ibu rumah tangga di RW014 Cibubur Jakarta Timur.

**Kata Kunci:** Aktivitas fisik; Ibu rumah tangga; IPAQ; *Muskuloskeletal disorder*; *Nordic body map questionnaire*.

# RELATIONSHIP BETWEEN HOUSEWIFE'S PHYSICAL ACTIVITIES AND MUSCULOSKELETAL DISORDER IN RW014 CIBUBUR JAKARTA TIMUR

Mochamad Akbar Ridwan Firdaus

## Abstract

**Background:** According to Riskesdas data in 2018, it shows that the prevalence of musculoskeletal disorders/musculoskeletal disorders in Indonesia as much as (7.30%). Musculoskeletal disorders (MSDs) are disorders of the muscles, nerves, tendons, joints, cartilage, and supporting structures in the upper and lower extremities. Musculoskeletal disorders that occur in housewives have a high prevalence, showing that housework can be a risk factor for developing musculoskeletal disorders. Musculoskeletal disorders develop over time due to repetitive activities, causing stress and injury to the tissue. **Objective:** to determine the relationship between housewives' physical activity and musculoskeletal disorders. **Method:** This research method uses cross-sectional with a correlative approach. The sample in this study was housewives. The parameters used in this research are questionnaires IPAQ-SF is used to measure physical activity levels and Nordic Body Map Questionnaire to measure musculoskeletal disorders. **Results:** This research found that the highest level of physical activity in the sample was in the moderate category, 73.3%. Correlation test results Spearman, the result was  $p = 0.000$  for the physical activity variable and musculoskeletal disorder until  $p < 0,05$  with a correlation coefficient namely 0.920, then this value indicates a strong correlation strength. **Conclusion:** that there is a relationship between physical activity and musculoskeletal disorder on a sample of 90 housewives in RW 014, Cibubur, East Jakarta.

**Keywords:** Housewife; IPAQ; Musculoskeletal disorder; Nordic body map questionnaire; Physical activity.