

LITERATURE REVIEW : GANGGUAN MUSKULOSKELETAL PADA PEKERJA KANTORAN

Musa'al Kholid

Abstrak

Latar Belakang: Gangguan muskuloskeletal akibat kerja atau *work-related musculoskeletal disorder* (WMSD) adalah gangguan pada struktur muskuloskeletal pada ekstremitas atas dan ekstremitas bawah, Komputer merupakan alat kerja yang sangat membantu khususnya bagi para pekerja kantor. Hal ini dapat menimbulkan risiko gangguan atau ketidaknyamanan pada tubuh, sehingga dapat menyebabkan gangguan muskuloskeletal. Pekerja kantor salah satu orang-orang yang dapat terkena dampak dari masalah kesehatan muskuloskeletal kronis, pekerja kantor mempunyai lingkungan kerja fisik yang sangat kompleks, dengan berinteraksi dengan beberapa tempat kerja, peralatan kerja, dan tugas pekerjaan. **Tujuan:** penulisan ini adalah untuk mengetahui keluhan muskuloskeletal apa saja yang sering di alami pada pekerja kantor di berbagai negara. **Desain:** Desain penelitian pada karya tulis ilmiah ini menggunakan metode literatur review. Metode ini merupakan salah satu teknik yang digunakan untuk melakukan pembuktian atau pendekatan terhadap masalah tertentu dapat dikaitkan bahwa *literatur review* ini merupakan proses ilmiah untuk mendapatkan hasil atau output berupa laporan. **Hasil:** Berdasarkan dari lima jurnal yang telah di rangkum dan dianalisa, semua junral memberikan hasil bahwa penelitian tersebut menunjukkan bahwa para pekerja kantor rentan mengalami gangguan muskuloskeletal akibat postur dan kebiasaan yang tidak tepat. Regio yang paling banyak mengalami gangguan rata-rata pada bagian leher, punggung atas dan bawah.

Kata Kunci: Gangguan Muskuloskeletal, Pekerja Kantoran

LITERATURE REVIEW: MUSCULOSKELETAL DISORDER IN OFFICE WORKERS

Musa'al Kholid

Abstract

Background: Work-related musculoskeletal disorders (WMSD) are disorders of the musculoskeletal structure in the upper and lower extremities. Computers are a very helpful work tool, especially for office workers. As a result, this can pose a risk of disturbance or discomfort to the body, which can cause musculoskeletal disorders. Office workers are one of the people who can be affected by chronic musculoskeletal health problems. Office workers have a very complex physical work environment, interacting with several workplaces, work equipment and work tasks. **Purpose:** this writing is to find out what musculoskeletal complaints often occur in office workers in various countries. **Design:** The research design in this scientific paper uses the literature review method. This method is one of the techniques used to prove or approach certain problems. It can be attributed to the fact that this literature review is a scientific process to obtain results or output in the form of a report. **Results:** Based on the five journals that have been summarized and analyzed, all journals provide results that the research shows that office workers are susceptible to musculoskeletal disorders due to inappropriate posture and habits. Most region problems are neck, upper and lower back.

Keywords : Musculoskeletal Disorders, Office Workers