



***LITERATURE REVIEW* : GANGGUAN
MUSKULOSKELETAL PADA PEKERJA KANTORAN**

KARYA TULIS ILMIAH

MUSA'AL KHOLID

1910702038

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA
2023**



***LITERATURE REVIEW : GANGGUAN
MUSKULOSKELETAL PADA PEKERJA KANTORAN***

KARYA TULIS ILMIAH AKHIR

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Kesehatan**

MUSA'AL KHOLID

1910702038

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA
2023**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Tugas Kaya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya satukan dengan benar.

Nama : Musa'al Kholid

Nim : 1910702038

Tanggal : 14 Maret 2024

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

Jakarta, 14 Maret 2024

Penulis



(Musa'al Kholid)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Musa'al Kholid
Nim : 1910702038
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

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 : **Literaure Review: Gangguan Muskuloskeletal Pada Pekerja Kantoran**, Dengan Hak Bebas Royalti ini, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah 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 : 14 Maret 2024

Yang Menyatakan



(Musa'al Kholid)

PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah diajukan oleh :

Nama : Musa'al Kholid
Nim : 1910702038
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga
Judul Karya Tulis Ilmiah : *Literature Review* : Gangguan Muskuloskeletal
Pada Pekerja Kantoran

Telah berhasil dipertahankan dihadapan tim penguji dan di terima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan pada program studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Fidyatul Nazhira, S.Fis., M. Fis., AIFO

Ketua Penguji



Mona Oktarina, S.Ft., M.Biomed

Penguji I



Farahdina Bachtias, S.Ft./physio, M.Sc.AIFO

Penguji II (Pembimbing)



Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat., Phd

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 10 Januari 2024



Rena Mailani, S.Ft., M. Biomed., AIFO

Ka.Prodi Fisioterapi Program Diploma Tiga

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 kantoran. Hal ini dapat menimbulkan risiko gangguan atau ketidaknyamanan pada tubuh, sehingga dapat menyebabkan gangguan muskuloskeletal. Pekerja kantoran 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 kantoran 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 kantoran 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*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunianya-Nya sehingga karya tulis ilmiah ini berhasil diselesaikan. Judul yang di pilih dalam penelitian ini adalah “*Literaure Review: Gangguan Muskuloskeletal Pada Pekerja Kantoran*”. Terima kasih kepada Ibu Farahdina Bachtiar, S.Ft, physio, M.Sc.AIFO selaku dosen pembimbing dan selaku kepala jurusan Fisioterapi serta semua jajaran Dosen Program studi Fisioterapi yang memberikan ilmu yang bermanfaat selama perkuliahan.

Selain itu juga, ucapan terima kasih kepada kedua orang tua saya serta kaka dan adik saya, kepada seluruh keluarga saya yang senantiasa memberi semangat dan dukungan penuh untuk menyelesaikan karya tulis ilmiah ini, tak lupa juga penulis mengucapkan terima kasih kepada teman-teman Fisioterapi UPN Veteran Jakarta yang selalu mengingatkan dan mengajak untuk membereskan perkuliahan ini. Penulis menyadari karya tulis ilmiah ini tidak luput dari kekurangan. Penulis mengharapkan dari para pembaca untuk memberi saran dan kritik demi perbaikan.

Jakarta, 28 November 2023

Penulis

(Musa'al Kholid)

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 LAMPIRAN	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	3
I.3 Tujuan Penulisan	3
I.4 Manfaat Penulisan	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
II.1 Definisi Musculoskeletal Disorder	4
II.2 Tanda dan Gejala Gangguan Muskuloskeletal	5
II.3 Faktor Risiko Gangguan Muskuloskeletal	5
II.4 Faktor Faktor Pekerjaan	6
BAB III <i>LITERATURE REVIEW</i>	9
III.1 Metode Review	9
III.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	9
III.3 Strategi Pencarian Literatur	10
III.4 Strategi Analisa	10
BAB IV HASIL <i>LITERATURE REVIEW</i>	12
IV.1 Karakteristik Subjek Penulisan	12
IV.2 Hasil Ekstraksi dan Sintesis data	13
IV.3 Karakteristik Studi Yang Digunakan	13
BAB V PEMBAHASAN	17
V.1 Karakteristik Subjek	17
V.2 Gangguan Muskuloskeletal Pada Pekerja Kantoran	18
V.3 Kekurangan Penulisan	18
BAB VI PENUTUP	19
VI.1 Kesimpulan	19
VI.2 Saran	19

DAFTAR PUSTAKA.....	20
RIWAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Analisis Pico	10
Tabel 2 Karakteristik Jurnal	12
Tabel 2 Karakteristik Jurnal	13
Tabel 3 Hasil Literature Review.....	14
Tabel 3 Hasil Literature Review.....	15

DAFTAR LAMPIRAN

Riwayat Hidup
Jurnal 1
Jurnal 2
Jurnal 3
Jurnal 4
Jurnal 5
Monitoring Bimbingan
Hasil Turnitin