



**HUBUNGAN POSTUR KERJA, MASA KERJA, DAN
BEBAN KERJA, SERTA KARAKTERISTIK INDIVIDU
DENGAN KELUHAN *SHOULDER PAIN* PADA PORTER
DI STASIUN PASAR SENEN**

SKRIPSI

NANDA JUWITA ZENDRATO

2010713055

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2024**



**HUBUNGAN POSTUR KERJA, MASA KERJA, DAN
BEBAN KERJA, SERTA KARAKTERISTIK INDIVIDU
DENGAN KELUHAN *SHOULDER PAIN* PADA PORTER
DI STASIUN PASAR SENEN**

SKRIPSI

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

NANDA JUWITA ZENDRATO

2010713055

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2024**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Nanda Juwita Zendrato

NIM : 2010713055

Tanggal : 28 Juni 2024

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

Jakarta, 28 Juni 2024

Yang Menyatakan,



(Nanda Juwita Zendrato)

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

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

Nama : Nanda Juwita Zendrato

NIM : 2010713055

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 Royalti Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Hubungan Postur Kerja, Masa Kerja, dan Beban Kerja, serta Karakteristik Individu dengan Keluhan *Shoulder Pain* pada Porter di Stasiun Pasar Senen

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 (*data base*), 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 : 28 Juni 2024

Yang menyatakan,



(Nanda Juwita Zendrato)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Nanda Juwita Zandrato
NIM : 2010713055
Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana
Judul Skripsi : Hubungan Postur Kerja, Masa Kerja, dan Beban Kerja, serta Karakteristik Individu dengan Keluhan *Shoulder Pain* pada Porter di Stasiun Pasar Senen

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



Dr. Ns. Dyah Utari, S.Kep., M.K.K.K.

Ketua Penguji



Nayla Kamilia Fithri, S.K.M., M.P.H.

Penguji II (Pembimbing)



Afif Amri Amrullah, S.Kp., M.K.K.K.
Penguji I



Desmawati, SKp., M.Kep., Sp.Mat., PhD
Dekan FIKES UPN "Veteran" Jakarta



Dr. Chandrayani Simanjorang, S.K.M., M.Epid.

Koor. Prodi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta
Tanggal Seminar : 28 Juni 2024

HUBUNGAN POSTUR KERJA, MASA KERJA, DAN BEBAN KERJA, SERTA KARAKTERISTIK INDIVIDU DENGAN KELUHAN *SHOULDER PAIN* PADA PORTER DI STASIUN PASAR SENEN

Nanda Juwita Zendrato

Abstrak

Porter berisiko mengalami keluhan *shoulder pain* ketika melakukan pekerjaannya, yaitu membawa barang-barang penumpang. Keluhan *shoulder pain* dapat meningkat karena postur kerja yang tidak ergonomis, lamanya masa kerja seseorang, beban kerja yang berat, dan faktor individu. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan postur kerja, masa kerja, dan beban kerja, serta karakteristik individu dengan keluhan *shoulder pain* pada porter di Stasiun Pasar Senen. Desain studi yang diterapkan adalah *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Mei – Juni 2024 dengan sampel penelitian sebesar 134 responden melalui teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner *Shoulder Pain and Disability Index* (SPADI), lembar *Rapid Upper Limb Assessment* (RULA), kuesioner identitas diri, serta *pulse oximeter*. Analisis penelitian ini menggunakan uji *chi-square*. Hasil analisis mengemukakan adanya hubungan keluhan *shoulder pain* terhadap umur ($p=0,000$), postur kerja ($p=0,003$) dan masa kerja ($p=0,000$). Sementara itu, tidak ada hubungan antara keluhan *shoulder pain* dengan status gizi, kebiasaan olahraga, riwayat penyakit, dan beban kerja. Saran untuk porter adalah melakukan pemanasan dan peregangan serta menjaga postur kerja yang baik.

Kata Kunci : Beban Kerja, Masa Kerja, Porter, Postur Kerja, *Shoulder Pain*

THE CORRELATION OF WORK POSTURE, WORK PERIOD, AND WORKLOAD AS WELL AS INDIVIDUAL CHARACTERISTICS WITH COMPLAINTS OF SHOULDER PAIN ON PORTER IN PASAR SENEN STATION

Nanda Juwita Zentrato

Abstract

Porters are at risk of experiencing shoulder pain complaints when performing their job, which involves carrying passengers luggage. Shoulder pain complaints can increase due to non-ergonomic working postures, the length of time someone has worked, heavy workloads, and individual factors. The purpose of this study is to determine the relationship between working posture, length of employment, workload, and individual characteristics with shoulder pain complaints among porters at Pasar Senen Station. The study design is cross-sectional. The research was conducted from May to June 2024 with a sample of 134 respondents selected through purposive sampling. The instruments used in this study are the Shoulder Pain and Disability Index (SPADI) questionnaire, Rapid Upper Limb Assessment (RULA) sheet, personal identity questionnaire, and pulse oximeter. This study uses chi-square test analysis. The analysis results show a relationship between shoulder pain complaints and age ($p=0,000$), working posture ($p=0,003$), and length of employment ($p=0,000$). Meanwhile, there is no relationship between shoulder pain complaints and nutritional status, exercise habits, disease history, and workload. Recommendations for porters include performing warm-up and stretching exercises as well as maintaining good working posture.

Keywords: Length of Work, Porter, Shoulder Pain, Workload, Work Posture

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa karena atas kasih dan anugerah-Nya penulis dapat menyusun dan merampungkan skripsi di tahun 2024 dengan judul “Hubungan Postur Kerja, Masa Kerja, dan Beban Kerja, serta Karakteristik Individu dengan Keluhan *Shoulder Pain* pada Porter di Stasiun Pasar Senen”.

Penulisan skripsi dari awal hingga akhir tidak lepas dari bantuan berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih kepada para responden, yaitu porter pada Stasiun Pasar Senen yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini. Tidak lupa juga penulis ucapkan terima kasih kepada Ibu Nayla Kamilia Fithri, S.K.M., M.P.H. selaku dosen pembimbing yang selalu mendukung dan memberikan masukan dalam penyelesaian skripsi ini. Lalu, terima kasih penulis ucapkan kepada keluarga, yaitu kepada Papa, Mama, Adik, dan keluarga besar yang tidak hentinya memberikan dukungan dan doa. Selain itu, terima kasih kepada Kak Farhah dan Annisa yang menjadi inspirasi dalam penulisan skripsi ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada sahabat dan rekan yang selalu mendukung serta mendoakan dalam penyelesaian skripsi ini.

Terlepas dari semua itu, penulis sepenuhnya menyadari bahwa penulisan ini jauh dari kata sempurna dan masih terdapat banyak kekurangan. Maka dari itu, penulis menerima segala bentuk kritikan dan saran yang membangun agar ke depannya penelitian ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan penulis.

Jakarta, 26 Juni 2024

Penulis

Nanda Juwita Zendrato

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.....	iii
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1. Latar Belakang	1
I.2. Rumusan Masalah	3
I.3. Tujuan Penelitian.....	3
I.4. Manfaat Penelitian.....	4
I.5. Ruang Lingkup Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1. <i>Shoulder Pain</i>	6
II.2. Metode Pengukuran Postur Kerja.....	20
II.3. Metode Pengukuran Beban Kerja.....	22
II.4. Peneliti Terdahulu	24
II.5. Kerangka Teori.....	28
BAB III METODE PENELITIAN.....	29
III.1. Kerangka Konsep	29
III.2. Definisi Operasional.....	30
III.3. Hipotesis Penelitian	33
III.4. Desain Penelitian	34
III.5. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	34
III.6. Populasi dan Sampel	34
III.7. Metode Pengumpulan Data	35
III.8. Instrumen Penelitian.....	36
III.9. Pengolahan Data.....	37
III.10. Analisis Data	39
III.11. Etika Penelitian.....	39
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	41
IV.1. Gambaran Profil Perusahaan	41
IV.2. Hasil Penelitian.....	42
IV.3. Pembahasan	48
IV.4. Keterbatasan Penelitian	63

BAB V PENUTUP.....	65
V.1. Kesimpulan.....	65
V.2. Saran.....	65
DAFTAR PUSTAKA	68
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Skala Nyeri Metode SPADI.....	10
Tabel 2	Skala Disabilitas Metode SPADI.....	11
Tabel 3	Penilaian Risiko Postur Kerja Menggunakan Metode RULA	21
Tabel 4	Klasifikasi Beban Kerja berdasarkan Denyut Nadi	23
Tabel 5	Penelitian Terdahulu	24
Tabel 6	Definisi Operasional	30
Tabel 7	Perhitungan Besar Sampel Minimal	35
Tabel 8	Pengodean Variabel	37
Tabel 9	Distribusi Frekuensi Keluhan Shoulder Pain pada	42
Tabel 10	Distribusi Frekuensi Faktor Individu pada.....	43
Tabel 11	Distribusi Frekuensi Faktor Pekerjaan	43
Tabel 12	Kategori Keluhan Shoulder Pain.....	44
Tabel 13	Analisis Bivariat Faktor Individu dengan Keluhan	45
Tabel 14	Analisis Bivariat Faktor Pekerjaan dengan Keluhan	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Lembar RULA.....	21
Gambar 2	Kerangka Teori.....	28
Gambar 3	Kerangka Konsep	29

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Time Schedule
Lampiran 2	Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan dan Penelitian
Lampiran 3	Surat Permohonan Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 4	Surat Permohonan <i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 5	Surat Keterangan Persetujuan <i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 6	Lembar Persetujuan Sebelum Penelitian (PSP)
Lampiran 7	Lembar Persetujuan
Lampiran 8	Kuesioner Identitas Responden
Lampiran 9	Kuesioner Keluhan Shoulder Pain (SPADI)
Lampiran 10	Lembar RULA
Lampiran 11	Master Tabel Hasil Penelitian
Lampiran 12	Hasil Uji Normalitas
Lampiran 13	Hasil Analisis Univariat
Lampiran 14	Hasil Analisis Bivariat
Lampiran 15	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 16	Kartu Monitoring
Lampiran 17	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 18	Hasil TurnItIn