

# FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELUHAN *NECK PAIN* PADA PEKERJA PENGGUNA KOMPUTER DI PT X TAHUN 2024

Regina Putri Cahyani Suseno

## Abstrak

Pekerja pengguna komputer menghabiskan waktu kerja lebih dari 80% dalam posisi duduk. Duduk dalam waktu yang lama dengan postur tubuh yang kaku ditambah ketidakpastian jam kerja dan istirahat bagi pekerja WFA, berisiko menimbulkan *neck pain*. Penelitian ini bertujuan mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan *neck pain*. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah pekerja pengguna komputer di PT X yang berjumlah 160 orang. Sebanyak 84 pekerja dipilih sebagai sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan kuesioner daring. Data dianalisis dengan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 45 dari 84 pekerja (53,6%) mengalami keluhan *neck pain*. Terdapat hubungan signifikan antara aktivitas fisik ringan ( $p=0,008$ ), masa kerja ( $p=0,015$ ), dan stres ( $p=0,009$ ) dengan keluhan *neck pain*. Usia (0,481), jenis kelamin ( $p=0,105$ ), aktivitas fisik sedang ( $p=0,730$ ), durasi kerja duduk ( $p=0,557$ ), depresi ( $p=0,091$ ), dan kecemasan ( $p=0,218$ ) tidak memiliki hubungan dengan keluhan *neck pain*. Disarankan bagi perusahaan mengadakan program seperti turnamen olahraga dan keanggotaan *gym*, dan menyesuaikan beban kerja agar dapat meningkatkan aktivitas fisik dan mencegah stres pada pekerja.

**Kata kunci** : Nyeri Leher, Pekerja Pengguna Komputer, Pekerja WFA, Faktor Risiko

# **FACTORS ASSOCIATED WITH NECK PAIN COMPLAINTS AMONG COMPUTER-USING WORKERS AT PT X IN 2024**

**Regina Putri Cahyani Suseno**

## **Abstract**

Computer-using workers spend more than 80% of their working time in a sitting position. Sitting for long periods with a stiff body posture, coupled with the uncertainty of working and rest hours for WFA workers, risks causing neck pain. The purpose of this study was to determine the factors associated with neck pain complaints. This study used a cross-sectional design. The population in this study was 160 computer-using workers at PT X. A total of 84 workers were selected as samples using a purposive sampling technique. Data were collected using an online questionnaire. Data were analyzed using the chi-square test. The results show that 45 out of 84 workers (53.6%) experienced neck pain complaints. There is a significant relationship between light physical activity ( $p=0.008$ ), work experience ( $p=0.015$ ), and stress ( $p=0.009$ ) with neck pain complaints. Age ( $p=0.481$ ), sex ( $p=0.105$ ), moderate physical activity ( $p=0.730$ ), duration of sitting work ( $p=0.557$ ), depression ( $p=0.091$ ), and anxiety ( $p=0.218$ ) have no relationship with neck pain complaints. It is recommended that companies hold programs such as sports tournaments and gym memberships, and adjust workloads to increase physical activity and prevent stress in workers.

**Keyword** : Neck Pain, Computer Workers, WFA Workers, Risk Factors