

HUBUNGAN LAMA DUDUK DENGAN KELUHAN NYERI LEHER TERHADAP PRODUKTIVITAS KERJA PADA TENAGA ADMINISTRASI PENDIDIKAN UPN “VETERAN” JAKARTA

Zahra Tsaqofani

Abstrak

Latar Belakang: Pekerjaan administrasi pendidikan menuntut aktivitas duduk lama dan penggunaan komputer intensif, yang meningkatkan risiko keluhan nyeri leher, dengan prevalensi mencapai 47.1% pada pegawai administrasi universitas dan 64% pada pekerja kantor. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa perilaku sedentari dilaporkan meningkatkan risiko nyeri leher sebesar 1.36 kali, namun hasil penelitian terkait hubungan lama duduk, nyeri leher, dan produktivitas kerja masih menunjukkan temuan yang tidak konsisten. **Tujuan Penelitian:** Untuk mengetahui hubungan lama duduk dengan keluhan nyeri leher terhadap produktivitas kerja pada tenaga administrasi pendidikan UPN “Veteran” Jakarta. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel berjumlah 66 tenaga administrasi pendidikan dari empat fakultas di UPN “Veteran” Jakarta. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner IPAQ-SF untuk lama duduk, *Nordic Body Map* untuk keluhan nyeri leher, dan IWPQ untuk produktivitas kerja. **Hasil:** Tidak terdapat hubungan signifikan antara lama duduk dengan keluhan nyeri leher atas ($p = 0,351$; $r = 0,117$) maupun leher bawah ($p = 0,754$; $r = 0,039$). Selain itu, tidak ditemukan hubungan bermakna antara keluhan nyeri leher dengan produktivitas kerja ($p > 0,05$), serta antara lama duduk dan produktivitas kerja ($p = 0.356$; $r = -0.115$). **Kesimpulan:** Lama duduk tidak berhubungan signifikan dengan keluhan nyeri leher maupun produktivitas kerja pada tenaga administrasi pendidikan UPN “Veteran” Jakarta.

Kata Kunci: Lama Duduk, Keluhan Nyeri Leher, Produktivitas Kerja, Tenaga Administrasi Pendidikan

THE RELATIONSHIP BETWEEN PROLONGED SITTING AND NECK PAIN COMPLAINTS ON WORK PRODUCTIVITY AMONG ADMINISTRATIVE STAFF AT UPN “VETERAN” JAKARTA

Zahra Tsaqofani

Abstract

Background: Educational administrative work requires prolonged sitting and intensive computer use, which increases the risk of neck pain complaints, with a prevalence of 47.1% among university administrators and 64% among office workers. Previous study showed that sedentary behaviour is reported to increase the risk of neck pain by 1.36 times, but research findings on the relationship between prolonged sitting, neck pain, and work productivity remain inconsistent. **Research Purpose:** This research aims to determine the relationship between prolonged sitting and neck pain complaints on work productivity among administrative staff at UPN “Veteran” Jakarta. **Methods:** This research uses a quantitative design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 66 educational administrative staff from four faculties at UPN “Veteran” Jakarta. Data were collected using IPAQ-SF for a sitting duration, the Nordic Body Map for neck pain complaints, and IWPQ for work productivity. **Result:** No significant relationship between sitting duration and upper neck pain complaints ($p = 0.351$; $r = 0.117$) or lower neck pain complaints ($p = 0.754$; $r = 0.039$). Furthermore, no significant relationship was found between neck pain complaints and work productivity ($p > 0.05$), nor between sitting duration and work productivity ($p = 0.356$; $r = -0.115$). **Conclusion:** Prolonged sitting was not significantly associated with neck pain complaints or work productivity among administrative staff at UPN “Veteran” Jakarta.

Keyword: Prolonged Sitting, Neck Pain Complaints, Work Productivity,
Administrative Staff