



**GAMBARAN GANGGUAN MUSKULOSKELETAL  
PENGUNAAN SEPATU *HIGH HEELS* PADA *SALES  
PROMOTION GIRL (SPG) TRANSMART CILANDAK***

**KARYA TULIS ILMIAH**

**MARGARETH HELENDATA NATALIA TAMBUN**

**1910702057**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA  
2022**



**GAMBARAN GANGGUAN MUSKULOSKELETAL  
PENGUNAAN SEPATU *HIGH HEELS* PADA *SALES  
PROMOTION GIRL (SPG) TRANSMART CILANDAK***

**KARYA TULIS ILMIAH**

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

**MARGARETH HELENDATA NATALIA TAMBUN**

**1910702057**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA  
2022**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Margareth Helenda Natalia T

NIM : 1910702057

Tanggal : Jakarta, 16 Juni 2022

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

Jakarta, 16 Juni 2022

Yang Menyatakan,



(Margareth Helenda Natalia T)

## **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 : Margareth Helenda Natalia Tambun

NIM : 1910702057

Fakultas : Ilmu Kesehatan

Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalty Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: **“Gambaran Gangguan Muskuloskeletal Penggunaan Sepatu *High Heels* Pada *Sales Promotion Girl (SPG) Transmart Cilandak*”.**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalty 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 : 24 Mei 2022

Yang Menyatakan,



Margareth Helenda N.T

## PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh :

Nama : Margareth Helenda Natalia Tambun  
NIM : 1910702057  
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga  
Judul Karya Tulis Ilmiah : Gambaran Gangguan Muskuloskeletal Penggunaan Sepatu *High Heels* pada Wanita *Sales Promotion Girl* (SPG) Transmart Cilandak

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Eko Prabowo, S.Fis, M.Fis, AIFO

Ketua Penguji



Eddyatul Nazhira, S.Fis, Ftr, M.Fis, AIFO

Penguji I



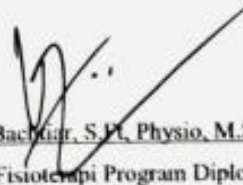
Heri Wibisono, AMd.Ft, S.Pd, M.Si, AIFO

Penguji II (Pembimbing)



Wahyu Sulistiadi, MARS

Ka. Prodi Fisioterapi



Farahdina Bachtiar, S.Pd, Physio, M.Sc, AIFO  
Ka. Prodi Fisioterapi Program Diploma Tiga

Ditandatangani di : Jakarta

Tanggal Ujian : 24 Mei 2022

# **GAMBARAN GANGGUAN MUSKULOSKELETAL PENGUNAAN SEPATU *HIGH HEELS* PADA *SALES PROMOTION GIRL* (SPG) TRANSMART CILANDAK**

**Margareth Helenda Natalia Tambun**

## **Abstrak**

Di era modern saat ini banyak kaum wanita memilih kehidupan menjadi wanita karir. Hal ini bukan suatu hal yang asing bagi masyarakat. Beberapa profesi wanita karir yang ditekuni dituntut untuk menggunakan sepatu high heels sesuai dengan SOP tempatnya bekerja. Hal tersebut dilakukan agar wanita berpenampilan cantik, anggun, serta menarik. Pemakaian sepatu high heels pada tumit akan membuat kaki menjinjit dengan posisi berdiri sepanjang waktu yang cukup lama dan menggunakan sepatu high heels setinggi 3-5 Cm yang akan menyebabkan keluhan nyeri pada otot (MSDs). Tujuan utama dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran Gangguan Muskuloskeletal Penggunaan Sepatu High Heels Pada Wanita Sales Promotion Girl (SPG) Transmart Cilandak. Metode yang digunakan oleh penulis yaitu deskriptif dengan pendekatan cross sectional study dengan jumlah sample responden n=32. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner Nordic Musculoskeletal Questionare (NMQ) dan Numeric Pain Rating Scale (NPRS). Hasil pada penelitian menunjukkan pada 32 responden mengeluhkan muskuloskeletal dominan pada regio ankle dengan besar presentase (75%). Dan tingkatan nyeri saat bergerak yaitu nyeri ringan (1-3) dengan persentase (43.8%), kemudian nyeri saat diam nyeri ringan (1-3) dengan persentase (37.5%), dan nyeri pada saat ditekan yaitu nyeri ringan (1-3) besar persentase (65.6%). Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa adanya Gangguan Muskuloskeletal di area ekstremitas Bawah pada SPG Transmart Cilandak.

**Kata Kunci :** gangguan muskuloskeletal, *high heels*, *sales promotion girl* (spg)

# **DESCRIPTION OF MUSCULOSKELETAL USE OF HIGH HEELS SHOES ON SALES PROMOTION GIRL (SPG) TRANSMART CILANDAK**

**Margareth Helenda Natalia Tambun**

## **Abstract**

In today's modern era, many women choose life to be career women. This is not unfamiliar to society. Some career women who are pursued are required to use high heels in accordance with the SOP where they work. This is done so that women look beautiful, elegant, and attractive. The use of high heels on the heel will make the foot tiptoe with a standing position all the time long enough and use high heels as high heels as high as 3-5 Cm which will cause pain in the muscles (MSDs). The main goal in this study was to find out the Picture of Musculoskeletal Disorders of High Heels Use In Women Sales Promotion Girl (SPG) Transmart Cilandak. The method used by the author is descriptive with a cross sectional study approach with the number of sample respondents  $n = 32$ . The research instrument used the Nordic Musculoskeletal Questionare (NMQ) and Numeric Pain Rating Scale (NPRS) questionnaires. The results in the study showed in 32 respondents complained of musculoskeletal dominant in the ankle regio with a large percentage (75%). And the level of pain when moving is mild pain (1-3) with a percentage (43.8%), then pain when still mild pain (1-3) with a percentage (37.5%), and pain when pressed that is mild pain (1-3) large percentage (65.6%). From the results of this study, it can be concluded that there is a Musculoskeletal Disorder in the Lower extremity area of the Cilandak Transmart SPG.

**Keyword :** Musculoskeletal disorder, high heels, sales promotion girl (spg)

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas rahmat dan berkah-Nya akhirnya saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul “Gambaran Gangguan Muskuloskeletal Penggunaan Sepatu *High Heels* Pada *Sales Promotion Girl* (SPG) Transmart Cilandak” tepat pada waktunya. Adapun tujuan dari penulisan karya tulis ilmiah ini untuk memenuhi persyaratan tugas akhir serta memperoleh gelar ahli madya jurusan fisioterapi.

Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan dengan penuh rasa terimakasih kepada Ibu Farahdina Bachtiar, S.Ft, Physio, M.Sc, AIFO selaku kepala program studi D-III Fisioterapi UPN Veteran Jakarta, kepada Bapak Heri Wibisono, AMd.FT, S.Pd, Msi, AIFO selaku dosen pembimbing Karya Tulis Ilmiah, serta kepada seluruh dosen dan staff program studi D-III Fisioterapi UPN Veteran Jakarta yang telah mendidik saya hingga saat ini.

Disamping itu saya tidak lupa mengucapkan penuh rasa terimakasih kepada keluarga terutama kepada kedua orang tua, ayahanda Herbin Tambun dan ibunda tercinta Harumian Silitonga yang senantiasa memberi dukungan secara moril maupun materil dan doa kepada saya. Terimakasih kepada diri sendiri, sahabat dan teman-teman yang senantiasa berada di sekitar saya dan selalu menyemangati dan membantu penyelesaian karya tulis ilmiah ini. Kepada seluruh teman-teman DIII Fisioterapi UPN Veteran Jakarta angkatan 2019. Kepada seluruh responden yang telah bersedia berpartisipasi dalam mengisi kuesioner penelitian ini.



Saya menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini jauh dari kesempurnaan baik dalam bentuk penyajian, kelengkapan isi, dan lain-lainnya. Untuk itu dengan senang hati saya akan menerima segala saran, kritik dari para pembaca guna memperbaiki karya tulis ilmiah ini di kemudian hari.

Jakarta, 27 Februari 2022

penulis



(Margareth Helenda Natalia Tambun)

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iii
PENGESAHAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR SKEMA.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1 Latar Belakang.....	1
I.2 Identifikasi Masalah.....	2
I.3 Rumusan Masalah.....	3
I.4 Tujuan Penelitian.....	3
I.5 Manfaat Penulisan.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
II.1 Anatomi Ankle.....	5
II.2 SPG.....	8
II.3 High Heels.....	9
II.4 Nyeri Gangguan Muskuloskeletal.....	11
II.5 Gangguan Muskulokeletal (MSDs).....	11
II.6 Efek High Heels Terhadap Muskuloskeletal.....	13
II.7 <i>Numeric Pain Rating Scale</i> .....	14
II.8 <i>Nordic Musculoskeletal Questionare (NMQ)</i> .....	14
II.9 Kerangka Teori.....	15
BAB III METODE PENELITIAN.....	16
III.1 Kerangka Konsep.....	16
III.2 Definisi Operasional.....	16
III.3 Desain Penelitian.....	17
III.4 Populasi dan Sample.....	18
III.5 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	19
III.6 Instrumen Penelitian.....	19
III.7 Metode Pengumpulan Data.....	20
III.8 Analisis Data.....	20
III.9 Etika Penelitian.....	21

BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN .....	22
IV.1	Distribusi Karakteristik Responden pada Penelitian.....	22
IV.2	Pembahasan.....	23
BAB V	PENUTUP.....	33
V.I	Kesimpulan .....	33
V.2	Saran.....	33
DAFTAR PUSTAKA .....		35
RIWAYAT HIDUP		
LAMPIRAN		

## DAFTAR TABEL

Tabel 1	Nama Otot, Insersio, Origo, Serta Fungsi.....	7
Tabel 2	Definisi Variabel Terikat.....	13
Tabel 3	Karakteristik Responden Penelitian.....	19
Tabel 4	Faktor Resiko Keluhan Muskuloskeletal Berdasarkan Usia, IMT, Tinggi Heels, Durasi Kerja .....	20
Tabel 5	Gambaran Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Keluhan Muskuloskeletal yang Terjadi Pada Tiap Regio.....	21
Tabel 6	Distribusi Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Jangka Waktu Keluhan yang Terjadi.....	22
Tabel 7	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkatan Nyeri yang Dirasakan.....	23

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Tulang Pada Ankle.....	5
Gambar 2	Ankle Joint.....	6
Gambar 3	Struktur Otot Ankle.....	7
Gambar 4	<i>Numeric Pain Rating Scale</i> .....	14
Gambar 5	Nordic Body Map.....	15

## DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Berfikir.....	15
Skema 2	Kerangka Konsep.....	16

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Penjelasan Sebelum Penelitian (PSP)
Lampiran 2	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 3	<i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 4	Hasil Uji Statistik
Lampiran 5	Kuesioner
Lampiran 6	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 7	Hasil Uji Turnitin
Lampiran 8	Lembar Monitoring