

# GAMBARAN DURASI PENGGUNAAN KOMPUTER DENGAN KELUHAN *NECK PAIN* PADA KARYAWAN PERUSAHAAN KONTRAKTOR DI TANGERANG

Zafira Wanda Nurcholiza

## Abstrak

**Latar Belakang :** *Neck pain* atau nyeri leher adalah kondisi yang umum dan kronis. *Neck pain* juga merupakan gangguan berulang dengan 60-80% dari populasi pekerja mengalami keluhan *neck pain* ini. Keluhan *neck pain* terkait pekerjaan sering terjadi pada pekerja kantoran. Saat ini, para pekerja kantor yang menggunakan komputer biasanya akan mengalami perilaku statis yang berkepanjangan terkait dengan penggunaan komputer. Kondisi ini bisa meningkatkan keluhan *neck pain* pada para pekerja kantoran. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya gambaran durasi penggunaan komputer dengan keluhan *neck pain* pada karyawan perusahaan kontraktor di Tangerang. **Desain :** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Sampel pada penelitian ini adalah karyawan perusahaan kontraktor di Tangerang yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan sebanyak 20 orang. Penelitian ini menggunakan kuesioner durasi pengguna komputer dengan *standardized nordic questionnaire* (SNQ) dan *numeric rating scale* (NRS). **Hasil :** Berdasarkan hasil penelitian 20 karyawan kontraktor di Tangerang yang mengalami keluhan *neck pain* tertinggi pada kelompok usia 21-25 tahun (60%) dengan mayoritas penderita perempuan 16 orang (80%). Pada kategori durasi penggunaan komputer <8 jam/hari sebanyak 17 responden dengan kategori keluhan *neck pain* terbanyak pada nyeri sedang sebanyak 14 orang dengan persentase 82,4%, sedangkan pada durasi penggunaan komputer >8 jam/hari terdapat 3 responden dengan kategori keluhan *neck pain* terbanyak pada nyeri berat sebanyak 2 orang dengan persentase 66,7%.

**Kata kunci :** durasi penggunaan komputer, *neck pain*, pekerja kantoran.

# **DURATION OF COMPUTER USE WITH NECK PAIN AMONG EMPLOYEES OF CONTRACTOR COMPANIES IN TANGERANG**

**Zafira Wanda Nurcholiza**

## **Abstract**

**Background :** Neck pain is a common and chronic condition. Neck pain is also a recurring disorder with 60-80% of the working population experiencing neck pain. Neck pain related to work often occur in office workers. Nowadays, office workers who use computer s will usually experience prolonged static behavior associated with computer use. This condition can increase neck pain in office workers. The purpose of this study was to determine whether there is a relationship between the duration of computer use and neck pain among contractor company employees in Tangerang. **Design:** This study is a quantitative descriptive study with a cross-sectional approach. The sample in this study were employees of a contractor company in Tangerang who met the inclusion and exclusion criteria that had been set as many as 20 people. This study used a computer user duration questionnaire with a standardized nordic questionnaire (SNQ) and a numeric rating scale (NRS). **Results:** Based on a study of 20 contractors in Tangerang who experienced the highest neck pain complaints in the age group of 21-25 years (60%) with the majority of sufferers 16 people (80%). In the category of duration of computer use <8 hours/day as many as 17 respondents with the category of neck pain complaints mostly in moderate pain 14 people with a percentage of 82.4%, while the duration of computer use >8 hours/day there are 3 respondents with the most neck pain complaints category in severe pain as many as 2 people with a proportion of 66.7%.

**Keywords:** duration of computer use, neck pain, office workers.