



**FAKTOR RISIKO GANGGUAN MUSKULOSKELETAL
PADA MAHASISWA KESEHATAN MASYARAKAT
UPN VETERAN JAKARTA
TAHUN 2022**

SKRIPSI

**SEPTIANA RENATA
1810713152**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2022**



**FAKTOR RISIKO GANGGUAN MUSKULOSKELETAL
PADA MAHASISWA KESEHATAN MASYARAKAT
UPN VETERAN JAKARTA
TAHUN 2022**

SKRIPSI

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

**SEPTIANA RENATA
1810713152**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA
2022**

PERNYATAAN ORISINALITAS

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

Nama : Septiana Renata

NRP : 1810713152

Tanggal : 1 Juli 2022

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

Jakarta, 1 Juli 2022

Yang menyatakan,



(Septiana Renata)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

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

Nama : Septiana Renata
NRP : 1810713152
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 Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: “Faktor Risiko Gangguan Muskuloskeletal Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat UPN Veteran Jakarta Tahun 2022”

Beserta peringkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), 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: 18 Juli 2022

Yang menyatakan,



(Septiana Renata)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Septiana Renata

NRP : 1810713152

Program Studi : Kesehatan Masyarakat Program Sarjana

Judul Skripsi : Faktor Risiko Gangguan Muskuloskeletal Pada
Mahasiswa Kesehatan Masyarakat UPN Veteran Jakarta
Tahun 2022

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

Dr. Ns. Dyah Utari, S.Kep., M.KKK
Ketua Penguji



Ulya Qoulan Karima, SKM, M.Epid
Penguji II (Pembimbing)

Arga Buntara, SKM, MPH
Ka. Prodi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 4 Juli 2022

FAKTOR RISIKO GANGGUAN MUSKULOSKELETAL PADA MAHASISWA KESEHATAN MASYARAKAT UPN VETERAN JAKARTA TAHUN 2022

Septiana Renata

Abstrak

Musculoskeletal Disorders merupakan keluhan pada sistem muskuloskeletal yang dapat terjadi pada mahasiswa dengan postur tubuh tidak ergonomis saat menggunakan laptop ketika pembelajaran karena aktivitas statis dalam waktu lama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor risiko gangguan muskuloskeletal pada mahasiswa Kesehatan Masyarakat UPN Veteran Jakarta. Metode penelitian menggunakan analitik kuantitatif dengan desain studi *cross-sectional*. Populasi penelitian yaitu mahasiswa aktif Kesehatan Masyarakat UPN Veteran Jakarta dengan jumlah sampel 223 mahasiswa. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner postur tubuh dan *Nordic Body Map*. Proporsi mahasiswa yang mengalami keluhan MSDs sebesar 37,2%. Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan uji *chi square* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia (POR 2,19; 95%CI (1,23-3,91), durasi duduk (POR 0,23; 95%CI (0,12–0,44) dan postur tubuh (POR 0,20;95%CI (0,11–0,36) terhadap keluhan MSDs. Sementara, tidak ada hubungan antara jenis kelamin, indeks massa tubuh, dan kebiasaan olahraga dengan keluhan MSDs pada mahasiswa. Berdasarkan hasil penelitian disarankan saat kegiatan belajar, mahasiswa melakukan postur duduk yang baik dan melakukan peregangan tubuh setiap 20 menit sekali agar tidak terjadi ketegangan pada otot. Mahasiswa diharapkan dapat mengelola manajemen waktu yang baik terhadap durasi duduk agar dapat mengurangi risiko munculnya rasa nyeri pada sistem muskuloskeletal akibat posisi duduk yang buruk karena durasi duduk yang lama.

Kata Kunci: Durasi, Faktor Risiko, Frekuensi, Muskuloskeletal

RISK FACTORS OF MUSCULOSKELETAL DISORDERS IN PUBLIC HEALTH STUDENTS UPN VETERAN JAKARTA IN 2022

Septiana Renata

Abstract

Musculoskeletal Disorders are complaints of the musculoskeletal system that can occurred in students with non-ergonomic body postures when used laptops while studying because of static activities for a long time. This study aims to determine the risk factors of musculoskeletal disorders in Public Health students at UPN Veteran Jakarta. The research method used quantitative analysis with a cross-sectional study design. The research population is active students of Public Health UPN Veteran Jakarta with a total sample of 223 students. The research instrument used a body posture questionnaire and the Nordic Body Map. The proportion of students who experience MSDs complaints is 37.2%. Based on the results of bivariate analysis with the chi square test, it showed that there was a relation between age (POR 2.19; 95%CI (1.23-3.91), sitting duration (POR 0.23; 95%CI (0.12-0.44) and body posture (POR 0.20; 95% CI (0.11–0.36) for MSDs complaints. Meanwhile, there was no relation between gender, body mass index, and exercise habits with MSDs complaints in college students. Based on the results of the study, it is recommended that during learning activities, students have to do a good sitting posture and stretch the body every 20 minutes to avoid muscle tension. Students are expected to be able to manage good time management on the duration of sitting in order to reduce the risk of pain in the musculoskeletal system due to poor sitting position because of long sitting duration.

Key Words: *Duration, Risk Factors, Frequency, Musculoskeletal*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT atas segala karunia-Nya sehingga Proposal Skripsi ini berhasil diselesaikan. Judul yang dipilih dalam penelitian ini adalah **Faktor Risiko Gangguan Muskuloskeletal Pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat UPN Veteran Jakarta Tahun 2022.**

Selama pelaksanaan penyusunan proposal ini tentu saja tidak terlepas dari bantuan, dukungan, serta bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, perkenankan penulis untuk mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. drg. Wahyu Sulistiadi, MARS selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
2. Bapak Arga Buntara, SKM, MPH selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
3. Ibu Ulya Qoulan Karima, SKM, M.Epid selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan serta masukan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Dr. Ns. Dyah Utari, S.Kep., M.KKK dan Ibu Nayla Kamilia Fithri, SKM, MPH selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan serta masukan dalam penyusunan skripsi ini
5. Kedua orang tua tersayang, keluarga, serta teman-teman yang telah memberikan semangat serta dukungan bagi penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Responden yang telah bersedia meluangkan waktunya berpartisipasi mengisi kuesioner peneliti.

Dalam pembuatan skripsi ini penulis menyadari bahwa masih jauh dari kata sempurna dan terdapat banyak kekurangan. Semoga skripsi penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Jakarta, 30 Maret 2022

Penulis

Septiana Renata

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	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR BAGAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah	3
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
I.5 Ruang Lingkup	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
II.1 Musculoskeletal Disorders (MSDs)	7
II.2 Faktor Risiko Musculoskeletal Disorders	8
II.3 Dampak Musculoskeletal Disorders	14
II.4 Nordic Body Map	16
II.5 Penelitian Terdahulu	18
II.6 Kerangka Teori	22
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	23
III.1 Kerangka Konsep	23
III.2 Definisi Operasional	25
III.3 Hipotesis Penelitian	27
III.4 Desain Penelitian	27
III.5 Lokasi dan Waktu Penelitian	28
III.6 Populasi dan Sampel	28
III.7 Pengumpulan Data	30
III.8 Instrumen Penelitian	31
III.9 Pengolahan Data	32
III.10 Analisis Data	34
III.11 Etika Penelitian	35

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	36
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	36
IV.2 Hasil Penelitian	37
IV.3 Pembahasan	42
IV.4 Keterbatasan Penelitian	48
BAB V PENUTUP.....	49
V.1 Simpulan.....	49
V.2 Saran.....	50
DAFTAR PUSTAKA	51
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kategori Tingkat Risiko	17
Tabel 2	Penelitian Terdahulu	18
Tabel 3	Definisi Operasional	25
Tabel 4	Jumlah Populasi dan Sampel	30
Tabel 5	Uji Normalitas	34
Tabel 6	Distribusi Frekuensi Keluhan MSDs pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat	38
Tabel 7	Distribusi Frekuensi Faktor Individu pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat	38
Tabel 8	Distribusi Frekuensi Faktor Pekerjaan pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat	39
Tabel 9	Hubungan Faktor Individu terhadap Keluhan MSDs pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat	40
Tabel 10	Hubungan Faktor Pekerjaan terhadap Keluhan MSDs pada Mahasiswa Kesehatan Masyarakat	41

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Peta Tubuh	16
---------------------------	----

DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Kerangka Teori	22
Bagan 2 Kerangka Konsep	23

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Waktu Penelitian
- Lampiran 2 Surat Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 4 Surat Permohonan Ethical Clearance
- Lampiran 5 Surat Persetujuan Etik
- Lampiran 6 Penjelasan Sebelum Persetujuan Penelitian
- Lampiran 7 Lembar Persetujuan (*Informed Consent*)
- Lampiran 8 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 9 Hasil Uji Univariat
- Lampiran 10 Hasil Uji Bivariat
- Lampiran 11 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
- Lampiran 12 Hasil Turnitin