

SKRIPSI



**HUBUNGAN ANTARA DURASI KERJA PERHARI DAN MASA
KERJA DENGAN KELUHAN NYERI TENGKUK PADA
PEKERJA ADMINISTRASI PENGGUNA KOMPUTER DI PT.
SUZUKI INDOMOBIL SALES**

TIARA SUBARASHI

2010015020

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA
TANGERANG
2025**

SKRIPSI



**HUBUNGAN ANTARA DURASI KERJA PERHARI DAN MASA
KERJA DENGAN KELUHAN NYERI TENGKUK PADA
PEKERJA ADMINISTRASI PENGGUNA KOMPUTER DI PT.
SUZUKI INDOMOBIL SALES**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Kedokteran**

TIARA SUBARASHI

2010015020

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA

TANGERANG

2025

HALAMAN ORISINALITAS

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

Nama : Tiara Subarashi

NIM : 2010015020

Tanda Tangan :



Tanggal : 05 Maret 2025

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS
AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Muhammadiyah Prof DR. HAMKA, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Tiara Subarashi

NIM : 2010015020

Program Studi : Pendidikan Dokter

Departemen : Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka

Fakultas : Kedokteran

Jenis karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Hubungan Antara Durasi Kerja Perhari Dan Masa Kerja Dengan Keluhan Nyeri Tenguk Pada Pekerja Administrasi Pengguna Komputer Di PT. Suzuki Indomobil Sales.

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Tangerang

Pada tanggal : 05 Maret 2025

Yang menyatakan :



10000
Rp
METERAI
TEMPEL
F384CAMX210831731

Tiara Subarashi

PERSETUJUAN SKRIPSI

NIM : 2010015020

Program Studi : Pendidikan Dokter

Judul Skripsi : Hubungan Antara Durasi Kerja Perhari dan Masa Kerja dengan
Keluhan Nyeri Tengukuk pada Pekerja Administrasi Pengguna
Komputer di PT. Suzuki Indomobil Sales

Skripsi dari mahasiswa tersebut di atas telah diperiksa dan disetujui untuk
disidangkan di hadapan Tim Penguji Fakultas Kedokteran Universitas
Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA.

Tangerang, 05 Maret 2025

Pembimbing II

Pembimbing I



dr. Dewi Novita Putri, ~~M.Biomed~~



Dr. dr. Astrid W. Sulistomo, MPH,
Sp.OK(K)

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Tiara Subarashi

NIM : 2010015020

Program Studi : Pendidikan Dokter

Judul Skripsi : Hubungan Antara Durasi Kerja Perhari dan Masa Kerja dengan Keluhan Nyeri Tenguk pada Pekerja Administrasi Pengguna Komputer di PT. Suzuki Indomobil Sales.

Telah dipertahankan dihadapan dewan penguji serta dapat diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana kedokteran pada program studi pendidikan dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA.

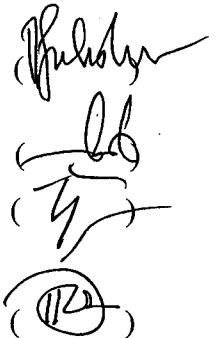
DEWAN PENGUJI

Pembimbing I : Dr. dr. Astrid W. Sulistomo, MPH, Sp.OK(K)

Pembimbing II : dr. Dewi Novita Putri, M.Biomed

Penguji I : Dr. dr. Wawang Setiawan Sukarya, Sp. OG., (KFM), (MARS., MH.Kes)

Penguji II : dr. Bety Semara Lakhsmi, M.KM



Diketahui dan disetujui

Kepala Program Studi Sarjana



(dr. Zahra Nurushofa, Sp.PA)

Ditetapkan : Tangerang

Tanggal : 05 Maret 2025

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan Rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA. Saya menyadari bahwa, tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak untuk penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan skripsi ini, oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada:

- 1) Prof. Dr. Gunawan Suryoputro, M. Hum selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.
- 2) Dr. dr. Wawang S. Sukarya, Sp.OG(K)., MARS., MH.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA dan penguji 1 periode ke 2 yang telah bersedia untuk memberikan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
- 3) Dr. dr. Astrid W. Sulistomo, MPH, Sp.OK(K), selaku Dosen Pembimbing I yang telah bersedia untuk memberikan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
- 4) dr. Dewi Novita Putri, M.Biomed, selaku Dosen Pembimbing II yang telah bersedia untuk memberikan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
- 5) dr. Wening Tri Mawanti, Sp.OK, selaku Dosen Penguji I periode ke 1 yang telah menyediakan waktu serta memberikan masukan yang dapat menyempurnakan skripsi ini.
- 6) dr. Siti Mona Amelia Lestari, M.Biomed, selaku Dosen Penguji II periode ke 1 yang telah menyediakan waktu serta memberikan masukan yang dapat menyempurnakan skripsi ini.
- 7) dr. Bety Semara Lakhsmi, M.KM, selaku Dosen Penguji II periode ke 2 yang telah menyediakan waktu serta memberikan masukan yang dapat menyempurnakan skripsi ini.
- 8) Diri saya sendiri Tiara Subarashi, atas segala kerja keras dan semangatnya sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan tugas akhir skripsi ini.

Terimakasih sudah kuat sejauh ini, semoga saya tetap rendah hati karena perjuangan mewujudkan cita-cita baru dimulai.

- 9) Kepada keluarga (bapak, ibu, aa dan teteh) dan juga teman-teman saya baik teman sekolah maupun kuliah. Terima kasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih. senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu
- 10) Kepada PT. Suzuki Indomobil Sales dimana penelitian ini dilaksanakan, semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini.

Akhir kata, semoga Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini dan semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu, bagi masyarakat bangsa dan negara.

Tangerang, 05 Maret 2025

Penulis



Tiara Subarashi

NIM 2010015020

DAFTAR ISI

HALAMAN ORISINALITAS	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iv
PERSETUJUAN SKRIPSI	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
ABSTRAK	xii
ABSTRACT	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Identifikasi Masalah.....	4
1.4 Tujuan Penelitian.....	4
1.4.1 Tujuan Umum	4
1.4.2 Tujuan Khusus	4
1.5 Manfaat Penelitian	5
1.5.1 Manfaat Akademis.....	5
1.5.2 Manfaat Bagi Institusi Tempat Penelitian.....	5
1.5.3 Manfaat Bagi Subyek yang Diteliti.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Nyeri Tengkok	6
2.1.1 Definisi Nyeri Tengkok	6
2.2 Epidemiologi.....	6
2.3 Klasifikasi	7
2.4 Faktor Risiko	7
2.4.1 Faktor Individu.....	7
2.4.2 Faktor Pekerjaan	8
2.5 Anatomi Tulang Belakang.....	9
2.6 Keluhan Nyeri Tengkok.....	11

2.6.1	Visual Analog Scale (VAS).....	11
2.7	Pekerjaan administrasi	11
2.8	Profil Perusahaan	12
2.9	Kerangka teori	12
2.10	Kerangka konsep	13
2.11	Hipotesis	13
BAB III	METODE PENELITIAN	14
3.1	Desain Penelitian	14
3.2	Lokasi dan waktu.....	14
3.2.1	Lokasi.....	14
3.2.2	Waktu.....	14
3.3	Populasi dan sampel	14
3.2.1	Populasi Target	14
3.2.2	Populasi Terjangkau.....	14
3.2.3	Populasi yang diteliti.....	14
3.4	Besar Sampel	15
3.5	Pengumpulan Data.....	15
3.6	Pengolahan Data	16
3.7	Analisis Data.....	16
3.8	Definisi operasional	17
3.9	Alur kerja penelitian	18
3.10	Etika penelitian	18
BAB IV	HASIL PENELITIAN.....	20
4.1	Karakteristik Responden.....	20
4.1.1	Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Individu.....	20
4.1.2	Distribusi Responden Berdasarkan Durasi Kerja dan Masa Kerja....	21
4.1.3	Individu Dengan Keluhan Nyeri Tenguk	21
4.2	Analisis Bivariat	22
BAB V	PEMBAHASAN.....	23
BAB VI	KESIMPULAN DAN SARAN	26
6.1	Kesimpulan	26
6.2	Saran	26

6.2.1	Untuk Pekerja Pengguna Komputer	26
6.2.2	Untuk Perusahaan	27
6.2.3	Untuk Peneliti Lain.....	27
DAFTAR PUSTAKA		28
LAMPIRAN.....		30

**HUBUNGAN ANTARA DURASI KERJA PERHARI DAN MASA KERJA
DENGAN KELUHAN NYERI TENGGUK PADA PEKERJA
ADMINISTRASI PENGGUNA KOMPUTER DI PT. SUZUKI
INDOMOBIL SALES**

Tiara Subarashi*, Astrid W. Sulistomo, Dewi Novita Putri**, Wawang S.
Sukarya **, Bety Semara Lakhsmi ****

* Mahasiswa Fakultas Kedokteran UHAMKA

** Dosen Fakultas Kedokteran UHAMKA

tiarasubarashi30@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri tengkuk merupakan masalah yang umum terjadi di masyarakat. Penelitian Aulianingrum, 2022 melaporkan bahwa prevalensi nyeri leher pada pekerja administrasi sangat tinggi, mencapai sekitar 66%. Salah satu penyebab terjadinya nyeri tengkuk pada pekerja komputer, yaitu durasi kerja perhari menggunakan komputer dan masa kerja. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan antara durasi kerja perhari dan masa kerja dengan keluhan nyeri tengkuk pada pekerja administrasi pengguna komputer di PT. Suzuki Indomobil Sales. Penelitian yang dilakukan adalah penelitian analitik observasional dengan pendekatan *Cross sectional*. Responden penelitian ini adalah karyawan administrasi PT Suzuki yang berusia 22 - 56 tahun sebanyak 115 responden, yang dipilih dengan menggunakan teknik *convenience sampling*. Responden terbanyak berada pada kelompok umur 40-56 tahun yaitu sebesar 59,13% dan jenis kelamin terbanyak adalah laki-laki yaitu 84,34%. Proporsi pekerja yang durasi kerja perhari menggunakan komputer >4 jam adalah 56,00% dan masa kerja >5 tahun adalah 81,74%. Proporsi yang mengalami nyeri tengkuk adalah 43,48%. Terdapat hubungan yang bermakna antara masa kerja >5 tahun dengan keluhan nyeri tengkuk pada pekerja pengguna komputer ($p=0,012$; $\alpha < 0,1$).

Kata Kunci: Durasi Kerja, Masa Kerja, Nyeri Tengkuk.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN THE DURATION OF DAY AND
WORKING PERIOD WITH COMPLAINTS OF NECK PAIN IN
COMPUTER USER ADMINISTRATION WORKERS AT PT. SUZUKI
INDOMOBIL SALES**

Tiara Subarashi, Astrid W. Sulistomo**, Dewi Novita Putri**, Wawang S.
Sukarya **, Bety Semara Lakhsmi ***

** Student of UHAMKA Faculty Medicine*

***Lecturer of UHAMKA Faculty Medicine*

tiarasubarashi30@gmail.com

ABSTRACT

Neck pain is a common problem in society. Aulianingrum's research, 2022 reported that the prevalence of neck pain in administrative workers is very high, reaching around 66%. One of the causes of neck pain in computer workers is the duration of work per day using computers and work period. This study aims to see the relationship between the duration of work per day and work period with complaints of neck pain in administrative workers who use computers at PT. Suzuki Indomobil Sales. The research conducted was an observational analytical study with a Cross-sectional approach. The respondents in this study were administrative employees of PT Suzuki aged 22-56 years, totaling 115 respondents, who were selected using convenience sampling techniques. The largest number of respondents were in the 40-56 year age group, which was 59.13%, and the largest gender was male, which was 84.34%. The proportion of workers whose duration of work per day using computers was >4 hours was 56.00% and whose work period was >5 years was 81.74%. The proportion of workers who experienced neck pain was 43.48%. There is a significant relationship between work experience > 5 years and complaints of neck pain in computer users ($p = 0.012$; $\alpha < 0.1$).

Keywords: *Work Duration, Work Period, Neck Pain.*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada kehidupan modern saat ini, perkembangan teknologi telah maju dengan cepat, terutama dalam penggunaan komputer di lingkungan kerja formal. Di Indonesia diperkirakan 95% pekerja formal termasuk mereka yang bekerja di kantor menghabiskan waktu mereka bekerja di depan komputer (Sabila, 2019).

Bekerja menggunakan komputer sangat membantu dan memudahkan seseorang untuk menyelesaikan pekerjaan mereka. Dalam menyelesaikan tugas mereka, pekerja dapat mengalami kurangnya gerakan (hypokinetik) jika terlalu lama menggunakan komputer. Sebagian besar pekerja komputer tidak menyadari bahwa mereka melakukan hal-hal yang tak sesuai dengan posisi ergonomi, seperti duduk secara statis saat bekerja, tempat kerja yang tidak dirancang sesuai dengan ukuran tubuh pekerja, layar dan monitor yang tidak sesuai letaknya, sehingga bahu mengangkat atau punggung membungkuk, kursi yang tidak ada sandaran tubuh untuk duduk tegak dan leher menekuk yang dapat menyebabkan keluhan muskuloskeletal (Rahman et al., 2021).

Penelitian (Situmorang et al., 2020) melaporkan bahwa penggunaan komputer yang berlangsung lebih dari 4 jam lebih berisiko dibandingkan kurang dari 4 jam dan secara signifikan berhubungan dengan kejadian keluhan neck pain. Penelitian (Fradisha et al., 2017) menunjukkan bahwa penggunaan komputer selama 2-5 jam memiliki risiko terjadinya keluhan sedang hingga berat, seperti spasm hingga nyeri pada otot-otot leher, lengan, hingga mata pengguna. Selain itu, penelitian (Amir, 2022) melaporkan terdapat klasifikasi penggunaan komputer selama bekerja ke dalam tiga kategori, yaitu durasi singkat (<1 jam/hari), durasi sedang (1-2 jam/hari), dan durasi lama (>2 jam/hari).

Penyakit akibat kerja menurut *European Occupational Disease Statistic* pada tahun 2010 menunjukkan prevalensi gangguan muskuloskeletal sebesar 38,1%, gangguan syaraf 20,9%, gangguan pernafasan 14,3%, gangguan

organ sensorik 12,8%, penyakit kulit 7,1%, kanker 5%, dan infeksi 0,5%. Sebuah studi terhadap 9.482 pekerja di 12 Kabupaten/Kota di Indonesia mengungkapkan bahwa gangguan kesehatan pada pekerja yang paling umum adalah gangguan musculoskeletal (16%), gangguan kardiovaskuler (8%), gangguan saraf (6%), gangguan pernafasan (3%), dan gangguan THT (1,5%) (Septiani, 2017). Terdapat beberapa bahaya potensial yang dapat ditemukan pada pekerja kantor, yaitu paling sering adalah faktor ergonomi (Situmorang et al., 2020).

Maulidya & Kurniawidjaja pada tahun 2023 melakukan penelitian pada pekerja perkantoran di Indonesia dan menemukan keluhan nyeri tengkuk (*neck pain*) sebesar 60%. Pada penelitian tersebut ditemukan juga bahwa pada pekerja perkantoran di Arab Saudi, Portugis, dan Jepang ditemukan prevalensi keluhan tengkuk leher sebesar 64%, 56,1%, dan 47%.

Nyeri tengkuk pada pekerja komputer sering kali disebabkan oleh kurangnya perhatian terhadap posisi ergonomis selama bekerja, durasi penggunaan komputer yang berlebihan, yang dilakukan selama bertahun-tahun sesuai lamanya masa kerja. Pekerjaan yang dilakukan secara berkepanjangan tanpa istirahat yang cukup dapat mengurangi kemampuan fisik dan menyebabkan gangguan pada berbagai anggota tubuh (Amir, 2022).

Menurut (Aulianingrum, 2022) nyeri tengkuk pada pekerja administrasi sangat tinggi, mencapai sekitar 66%. Faktor-faktor seperti durasi kerja dan postur yang tidak ergonomis berperan signifikan dalam meningkatnya kejadian nyeri leher di kalangan pekerja tersebut.

Nyeri tengkuk pada pekerja dapat berdampak negatif terhadap berbagai aspek, baik bagi individu maupun perusahaan. Berikut beberapa akibat dari nyeri tengkuk pada pekerja diantaranya adalah Penurunan produktivitas nyeri tengkuk dapat mengganggu konsentrasi dan mengurangi efisiensi kerja, sehingga produktivitas pekerja menurun. Nyeri tengkuk juga dapat menyebabkan ketidakhadiran atau absensi kerja karena pekerja yang mengalami nyeri tengkuk kronis cenderung lebih sering mengambil cuti sakit, yang berdampak pada keberlangsungan operasional perusahaan (Hutabarat, J.

(2017).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ada hubungan antara masa kerja dan durasi dengan kejadian nyeri tengkuk. Pekerja dengan masa kerja lebih dari lima tahun memiliki risiko lebih tinggi mengalami gangguan muskuloskeletal dibandingkan dengan pekerja yang baru bekerja dalam waktu singkat. Namun, hubungan ini dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti usia, jenis pekerjaan, dan kebiasaan individu dalam menjaga kesehatan postur tubuh (Rahman et al., 2021).

Penelitian ini dilakukan di PT. Suzuki Indomobil dengan pekerja bagian administrasi dikarenakan PT. Suzuki Indomobil mempekerjakan banyak pegawai yang bekerja di bagian administrasi untuk mendokumentasikan semua proses jual beli yang terjadi setiap hari, sehingga mereka berisiko mengalami nyeri tengkuk yang dapat mempengaruhi produktivitas kerja. Dampak dari nyeri tengkuk terus-menerus atau jangka lama menyebabkan beberapa penyakit dan gangguan kesehatan, seperti nyeri kronik, keterbatasan gerakan, radikulopati, gangguan tidur, mielopati leher, CCFP (Cervicocranial pain syndrome) dan penyakit lainnya (Salcha, et al, 2021).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara durasi kerja perhari dan masa kerja dengan keluhan nyeri tengkuk pada pekerja, agar dapat dilakukan berbagai upaya di kemudian hari. Penelitian ini dilakukan terhadap pekerja di PT. Suzuki Indomobil Sales yang sebagian pekerjaannya bekerja dibagian komputer. Selain itu juga mengacu kepada hasil penelitian lain yang meneliti tentang durasi kerja perhari dan masa kerja. Dengan alasan tersebut diuraikan diatas dilakukan penelitisan tentang hubungan antara durasi kerja perhari dan masa kerja dengan keluhan nyeri tengkuk pada pekerja administrasi pengguna komputer di PT. Suzuki Indomobil Sales.

1.2 Rumusan Masalah

Pekerja kantor yang menggunakan komputer memiliki risiko tinggi mengalami keluhan nyeri tengkuk. Di PT. Suzuki Indomobil, suatu perusahaan internasional yang bergerak di bidang otomotif, banyak mempekerjakan pegawai yang bekerja di bagian administrasi untuk

mendokumentasikan semua proses jual beli yang terjadi setiap hari, sehingga mereka berisiko mengalami nyeri tengkuk yang dapat mempengaruhi produktivitas kerja. Oleh karena itu, peneliti ingin menyelidiki kejadian nyeri tengkuk dan faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan nyeri tengkuk pada pekerja administrasi di PT. Suzuki Indomobil khususnya durasi penggunaan komputer per hari dan lama masa kerja.

1.3 Identifikasi Masalah

- Bagaimana karakteristik sosio demografi (usia dan jenis kelamin) pekerja administrasi pengguna komputer?
- Bagaimana rata-rata durasi kerja perhari menggunakan komputer dan masa kerja saat bekerja pada pekerja administrasi pengguna komputer?
- Bagaimana proporsi nyeri tengkuk pada pekerja administrasi pengguna komputer?
- Apakah terdapat hubungan antara durasi kerja perhari dan masa kerja dengan keluhan nyeri tengkuk pada pekerja administrasi pengguna komputer?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mendapatkan informasi tentang masalah keluhan nyeri tengkuk pada pekerja administrasi pengguna komputer di PT. Suzuki Indomobil sales, hubungannya dengan durasi kerja perhari dan masa kerja.

1.4.2 Tujuan Khusus

1.4.2.1 Diketuinya karakteristik sosio demografi (usia dan jenis kelamin) pekerja administrasi pengguna komputer.

1.4.2.2 Diketuinya rata-rata durasi kerja perhari menggunakan komputer dan masa kerja saat bekerja pada pekerja administrasi pengguna komputer.

1.4.2.3 Diketuinya proporsi nyeri tengkuk pada pekerja administrasi pengguna komputer.

- 1.4.2.4 Diketuinya hubungan antara durasi kerja perhari dan masa kerja dengan keluhan nyeri tengkuk pada pekerja administrasi pengguna komputer.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat mejadi salah satu referensi mengenai kejadian nyeri tengkuk pada pekerja administrasi pengguna komputer dan hubungannya dengan durasi kerja perhari dan masa kerja.

1.5.2 Manfaat Bagi Institusi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi institusi tempat penelitian untuk menjadi masukan untuk mencari jalan keluar keluhan nyeri tengkuk pada pegawainya.

1.5.3 Manfaat Bagi Subyek yang Diteliti

Hasil penelitian dapat menjadi pedoman bagi subyek penelitian dalam menjalankan pekerjaannya, khususnya jika ada keluhan nyeri tengkuk.

2.4.1.6 Posisi Duduk

Posisi kerja yang memerlukan leher untuk tetap dalam posisi tertentu menyebabkan ketegangan pada otot-otot leher. Misalnya, posisi terlalu condong ke depan atau ke samping untuk jangka waktu yang lama tanpa istirahat bisa menyebabkan otot leher menjadi tegang. Tempat kerja yang tak sesuai dengan prinsip-prinsip ergonomi, seperti meja atau kursi yang tidak sesuai, tidak adanya dukungan leher yang memadai atau layar yang terlampaui tinggi ataupun terlalu rendah bisa menyebabkan postur yang buruk dan pada akhirnya meningkatkan risiko nyeri leher (Amir, 2022). Posisi statis juga menjadi salah satu faktor risiko terjadinya nyeri pada pasien. Terdapat teori dimana bila otot berkontraksi secara ritmis dengan pasukan darah yang adekuat maka nyeri tidak akan timbul. Namun, apabila posisi menetap (statis) dan aliran darah terhenti, maka akan timbul nyeri. Nyeri akan berhenti apabila aliran darah kembali normal. Nyeri berhubungan dengan sikap statis, salah satu nyeri yang berhubungan dengan sikap statis adalah nyeri tungkai bawah. Faktor risiko nyeri tungkai bawah salah satunya adalah postur berdiri statis dengan RR sebesar 6,31 kali (95% IK : 2,924 - 13,595) pada kelompok pekerja yang berdiri statis. (Jayanegara, A. F., & Sulistomo, A. W., 2018).

2.5 Anatomi Tulang Belakang

Tulang belakang tersusun atas rangkaian tulang vertebra. Columna vertebralis orang dewasa memiliki panjang 72-75 cm. Seluruhnya berjumlah 33 terdiri dari 7 tulang vertebrae cervical, 12 tulang vertebrae thoracal, 5 bagian vertebrae lumbal, 5 tulang vertebrae sacrum dan 4 vertebrae coccygeus.



DAFTAR PUSTAKA

- Amir, A. M. (2022). Hubungan Antara Posisi Kerja Dan Intensitas Penggunaan Komputer Dengan Risiko Terjadinya Neck Pain Pada Karyawan Rektorat Universitas Hasanuddin . *Repository UNHAS*, 78–82.
- Aulianingrum, P. , & H. (2022). Risk Factors of Musculoskeletal Disorders in Office Workers. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 11, 68–77. <https://doi.org/10.20473/ijosh.v11SI.2022.68-77>
- Ferusgel, A., Anjanny, A., & Siregar, D. M. S. (2019). Keluhan musculoskeletal disorders (MSDs) pada pekerja pengguna komputer di badan pusat statistik provinsi sumatera utara. *Jurnal kesehatan global*, 2(1), 47.
- Fradisha, M., Wulandari, R. A. S., & Sari, A. A. A. (2017). Hubungan Durasi Penggunaan Komputer dengan Computer Vision Syndrome pada Karyawan Bank Sinarmas Jakarta. *Nexus Kedokteran Komunitas*, 6(1), 50–53.
- Hutabarat, J. (2017). Dasar dasar pengetahuan ergonomi.
- Kaliniene, G., Ustinaviciene, R., Skemiene, L., & Januskevicius, V. (2013). Associations between neck musculoskeletal complaints and work related factors among public service computer workers in Kaunas. *International Journal of Occupational Medicine and Environmental Health*, 26(5), 670–681. <https://doi.org/10.2478/s13382-013-0141-z>
- Maulidya, L., & Kurniawidjaja, L. M. (2023). Keluhan Nyeri di Bagian Tengkuik Leher (Neck Pain) pada Pekerja Perkantoran: A Systematic Review . *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 14(3), 666–668.
- Natashia, K., & Makiyyah, F. A. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Keluhan Nyeri Leher Non-Spesifikpada Orang Dewasa Usia Produktif. *IKRAITH-HUMANIORA*, 8(1), 137–139.
- Noveralin, A., & Bermatasya. (2023). Hubungan Lama Menderita Hipertensi Dengan Kejadian Nyeri Tengkuik Di Puskesmas Boja II (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung Semarang). *Repository Unissula*, 88–92.

- Rahman, A. S. A., Muis, M., & Thamrin, Y. (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Nyeri Leher Pada Karyawan Pt. Angkasa Pura. *Hasanudin Journal of Public Health*, 2(3), 266–280.
- Sabila, F. C. (2019). Pengaruh Latihan Peregangan Terhadap Gangguan Muskuloskeletal Pada Pekerja Visual Display Terminal Di Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah (DPRD) Kabupaten Lampung Tengah. *Repository Unila*.
- Samara, D. ., (2019). Nyeri Muskuloskeletal Pada Leher Pekerja Dengan Posisi Pekerjaan Yang Statis. In *Universa Medicina* (Vol. 26, Issue 3).
- Septiani, A. (2017). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDS) Pada Pekerja Bagian Meat Preparation Pt. Bumi Sarimas Indonesia . *UIN Syarif Hidayatullah* .
- Situmorang, C. K., Widjasena, B., & Wahyuni, I. (2020).). Hubungan Antara Durasi Dan Postur Tubuh Penggunaan Komputer Terhadap Keluhan Neck Pain Pada Tenaga Kependidikan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. . *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(5), 672–678.
- Trisnowiyanto, B. (2017). Teknik Penguluran Otot–Otot Leher Untuk Meningkatkan Fungsional Leher Pada Penderita Nyeri Tengkuik Non- Spesifik. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 1(1).
- Jayanegara, A. F., & Sulistomo, A. W. (2018). Nyeri Tungkai Bawah pada Pekerja yang Berdiri Statis. *Journal Of The Indonesian*.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Etik

 <p>Komisi Etik Penelitian Kedokteran dan Kesehatan</p>	<p>Komisi Etik Penelitian Kedokteran dan Kesehatan UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA KEPKK - UHAMKA</p> <p>Kodefikasi Kelembagaan KEPKK: 31750225 ; http://aim-epk.keppkn.kemkes.go.id/daftar_keppk/</p> <p>Sekretariat Kampus FEB, Jl. Raya Bogor Km 23 No 99 Ciracas, RT 4/RW 5, Rambutan, Ciracas, Jakarta Timur, Jakarta 13830 Kampus FK, Jl. Raden Patah No 01, RT 002/RW 006, Parung Serab, Kec. Ciledug, Kota Tangerang, Banten 13460 Telp. 081219053371; e-mail: keppk@uhamka.ac.id</p>
<p>KETERANGAN KELAIKAN ETIK PENELITIAN (ETHICS COMMITTEE APPROVAL)</p> <p>NOMOR : KEPKK/FK/076/07/2024</p>	
Judul Penelitian	: Hubungan durasi menggunakan komputer dan masa kerja dengan keluhan nyeri tengkuk pada pekerja administrasi pengguna komputer di PT. Suzuki Indomobil Sales
Dokumen yang disetujui	: Protokol Penelitian versi.1
Peneliti Utama	: Tiara Subarashi
Peneliti Anggota	: 1. Dr. dr. Astrid W. Sulistomo, MPH, Sp.OK 2. dr. Dewi Novita Putri, M.Biomed
Tanggal diberikan Persetujuan	: 19 Juli 2024 (Berlaku selama 1 (satu) tahun, sejak tanggal persetujuan)
Institusi tempat penelitian	: PT. Suzuki Indomobil Sales
<p>Komite Etik Penelitian Kedokteran dan Kesehatan (KEPKK) menyatakan bahwa protocol penelitian tersebut diatas telah lulus kaji etik, dan memenuhi prinsip-prinsip kaedah etik yang tertera dalam <i>the Declaration of Helsinki</i> tahun 2008, dan oleh karenanya layak untuk dilaksanakan.</p> <p>Komite Etik Penelitian Kedokteran dan Kesehatan (KEPKK) berhak melakukan pengawasan terhadap pelaksanaan penelitian tersebut seaktu-waktu.</p> <p>Peneliti Utama (dan Peneliti anggota) wajib memberikan: <i>Final report</i>, setelah selesainya penelitian tersebut.</p>	
<p style="text-align: center;"> Ketua Prof. Dr. Med. dr. Ali Baziad, SpOG.(K)</p>	

Lampiran 2. Surat Izin Tempat Penelitian



PT SUZUKI INDOMOBIL MOTOR

Jl. Raya Bekasi KM. 18, Rawan Terata, Cakung, Jakarta Timur 13920 - INDONESIA
Telp. : (62-21) 2955 4800 (hunting), Fax : (62-21) 4609309

No : 801/SIM-SIS/HRGATBAREA/PK/VII/2024
Hal : Permohonan Penelitian Karya Tulis
Lamp : -

Kepada Yth,
dr. Wawang Setiawan Sukarya.
Sp. OG(K), MARS, MH.Kes
Kepala Program Studi Sarjana
Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. HAMKA

Dengan hormat,

Menindaklanjuti permohonan penelitian karya tulis atas nama :

No	NAMA	NIM	FAKULTAS / PRODI
I	Tiara Subarashi	2010015020	Pendidikan Dokter

Dengan ini diinformasikan bahwa kami menyetujui permohonan penelitian karyawan tulis tersebut yang akan dilaksanakan mulai tanggal 29 Juli 2024 s/d 10 November 2024.

Demikian yang dapat kami informasikan atas perhatiannya kami ucapkan terima kasih

Bekasi, 22 Juli 2024

Hormat,



Yanuar Wahyu Suryaatmaja
Section Head HR & GA Tambun Area



PLANT CILARANG
PLANT TAMBUN

Kawasan Industri GIG Blok AC No. 1, Cikarang Pusat 17530, Bekasi Jawa Barat. Telp. (62-21) 2860150 Fax. (62-21) 28602901, 2360119
Jl. P. Diponegoro Km. 38.2, Tambun - Bekasi 17510 Telp. (62-21) 8801235, 8801251, 880147883 Fax. 8807401

Lampiran 3. Lembar Kuesioner

Lembar Wawancara dan Pengamatan

Nama :

Umur : Tahun Jenis Kelamin : L / P

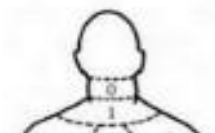
Divisi :

Mulai bekerja di divisi ini sejak tahun berapa :

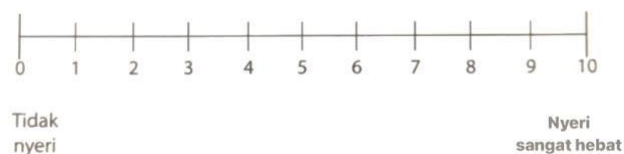
Nomor Hp :

Bapak dan ibu, mohon membaca pertanyaan-pertanyaan dibawah ini dengan seksama dan jawab sesuai dengan yang dialami. Bila ada yang tidak jelas silahkan bertanya kepada peneliti:

1. Sudah berapa lama bekerja menggunakan komputer di PT. Suzuki Indomobil Sales? Tahun
2. Berapa jam perhari rata-rata bekerja menggunakan komputer? Rata- rata jam perhari
3. Apakah anda pernah mengalami cedera trauma pada leher? YA / TIDAK
4. Apakah anda pernah didiagnosis menderita tekanan darah tinggi (hipertensi)? YA /TIDAK
5. Khusus untuk pekerja perempuan: apakah saat ini anda sedang hamil? YA / TIDAK
6. Apakah anda sering merasakan pegal/nyeri pada area belakang leher? YA / TIDAK



Bila YA: Lingkari angka yang dirasakan sesuai dengan tingkat nyeri anda pada gambar dibawah ini !



TERIMA KASIH ATAS KESEDIAAN BAPAK/IBU!

Lampiran 4. Dokumentasi



Lampiran 5. Daftar Riwayat Hidup**BIODATA DIRI**

Nama Lengkap : Tiara Subarashi
 NIM : 2010015020
 Tempat Tanggal Lahir: Bekasi, 30 November 2002
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Agama : Islam
 Kewarganegaraan : Indonesia
 Alamat Rumah : Permata Regensi Bekasi Blok B.1 NO.17
 Telepon/ HP : 081389036626
 Email : tiarasubarashi30@gmail.com

**RIWAYAT PENDIDIKAN**

Sekolah	Kota	Jenjang	Tahun
TK Yapink 08	Bekasi	TK	2006 - 2008
SDIT Putradarma Islamic school	Bekasi	SD	2008 - 2014
SMPN 2 Cibitung	Bekasi	SMP	2014 - 2017
SMAN 2 Cibitung	Bekasi	SMA	2017 – 2020

SUMBER DAN TOTAL DANA PENELITIAN

Sumber dana : Dana pribadi

Tangerang, 05 Maret 2025

Tiara Subarashi