

SKRIPSI

**HUBUNGAN DURASI SAAT MENGGUNAKAN KOMPUTER
TERHADAP KELUHAN NYERI LEHER PADA *GRAPHIC DESIGNER* DI
KOMUNITAS SABLON TULUNGAGUNG**



OLEH :

DEVI AYUNINGTYAS

NIM. 218054AJ

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN
RS DR. SOEPRAOEN KESDAM V/BRAWIJAYA**

2022



SKRIPSI

**HUBUNGAN DURASI SAAT MENGGUNAKAN KOMPUTER
TERHADAP KELUHAN NYERI LEHER PADA *GRAPHIC DESIGNER* DI
KOMUNITAS SABLON TULUNGAGUNG**



OLEH :

DEVI AYUNINGTYAS

NIM. 218054AJ

**PROGRAM STUDI S1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN
RS DR. SOEPRAOEN KESDAM V/BRAWIJAYA**

2022

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

HUBUNGAN DURASI SAAT MENGGUNAKAN KOMPUTER TERHADAP
KELUHAN NYERI LEHER PADA *GRAPHIC DESIGNER* DI KOMUNITAS
SABLON TULUNGAGUNG

Oleh :

Devi Ayuningtyas

NIM. 218054AJ

Telah disetujui oleh Dosen Pembimbing
pada tanggal : 28 Desember 2022

Pembimbing I



Achmad Fariz, S.Ft., Ftr., M.Fis.

NIDN. 0717028304

Pembimbing II



Yohanes Deo Fau, S.Ft., M.H., Physio, M.Kes

NIDN. 0708038904

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN DURASI SAAT MENGGUNAKAN KOMPUTER TERHADAP
KELUHAN NYERI LEHER PADA *GRAPHIC DESIGNER* DI KOMUNITAS
SABLON TULUNGAGUNG

Oleh :

Devi Ayuningtyas

NIM. 218054AJ

Telah diuji dan dinyatakan lulus dalam seminar Program Sarjana
pada tanggal : 2 Januari 2023

Tim Penguji

Nama

Ketua : Fransisca Xaveria Hargiani, S.Ft., Ftr., M.Pd.Or., M.Kes

NIDN. 0710096604

Anggota I : Yohanes Deo Fau, S.Ft., M.H., Physio, M.Kes.

NIDN. 0708038904

Anggota II : Achmad Fariz, S.Ft., Ftr., M.Fis.

NIDN. 0717028304

Tanda Tangan



Mengetahui,

Ketua Program Studi Fisioterapi



Sartoyo, S.Kes., S.Sos., M.Kes.
NIDK. 8946900020

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Devi Ayuningtyas

NIM : 218054AJ

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi berjudul 'Hubungan Durasi Saat Menggunakan Komputer Terhadap Keluhan Nyeri Leher Pada *Graphic Designer* Di Komunitas Sablon Tulungagung' adalah benar merupakan karya sendiri. Hal-hal yang bukan karya saya, dalam skripsi tersebut diberi tanda citasi dan ditunjukkan dalam daftar pustaka.

Apabila di kemudian hari terbukti pernyataan saya tidak benar dan ditemukan pelanggaran atas skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar yang saya peroleh dari skripsi tersebut.

Malang, 2 Januari 2023

Yang membuat pernyataan



Devi Ayuningtyas

NIM. 218054AJ

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis kembali panjatkan atas kehadiran Allah SWT, dengan segala rahmat dan hidayah yang telah dilimpahkan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul : Hubungan Durasi Saat Menggunakan Komputer Terhadap Keluhan Nyeri Leher Pada *Graphic Designer* Di Komunitas Sablon Tulungagung. Skripsi ini yang nantinya akan dilanjutkan menjadi skripsi merupakan karya ilmiah yang disusun dalam upaya untuk menyelesaikan pendidikan sarjana (S1) pada Fakultas Ilmu Kesehatan Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS DR. Soepraoen Kesdam V/Brawijaya.

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Bapak Achmad Fariz, S.Ft., M.Fis., Ftr. selaku Pembimbing I, Bapak Yohanes Deo Fau, S.Ft., M.H., Ftr. selaku Pembimbing II, atas segala perhatian juga bimbingannya serta arahan-arahan bermanfaat yang diberikan kepada penulis untuk dapat menyelesaikan skripsi ini. Terimakasih penulis sampaikan pula kepada Ibu Fransisca Xaveria Hargiani, S.Ft., M.Kes., Ftr, atas bantuan juga kesedian serta saran-saran bermanfaat yang diberikan kepada penulis dalam ujian skripsi.

Ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya juga penulis sampaikan kepada :

1. Bapak Arief Efendi, S.Kes., SH.(Adv), S.Kep., Ners., MM., M.Kes. selaku Rektor Institut Teknologi, Sains, dan Kesehatan RS DR. Soepraoen KesdamV/Brw;
 2. Bapak Amin Zakaria, S.Kep.,Ners., M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan;
 3. Bapak Sartoyo, S.Kes., S.Sos., M.Kes. selaku Ketua Program Studi S1 Fisioterapi,
- atas kesediaanya penulis belajar di Fakultas Ilmu Kesehatan. Harapan penulis semoga skripsi ini dapat berlanjut untuk dilakukan penelitian skripsi

yang nantinya bisa bermanfaat bagi pembaca dan berguna bagi pengembangan ilmu Kesehatan, khususnya Program Studi S1 Fisioterapi yang terfokuskan pada pemecahan permasalahan fungsi dan gerak tubuh.



ABSTRAK

Latar Belakang: Salah satu akibat penggunaan komputer dalam waktu yang lama dapat mengakibatkan munculnya *Muskuloskeletal Disorders* (MSDs) khususnya nyeri leher atau *neck pain*. Otot leher dapat mengalami ketegangan akibat dari kegiatan yang dilakukan berulang dalam waktu yang cukup lama. Seorang *graphic designer* sering kali menggunakan komputer dalam waktu yang cukup lama karena menggunakan *software* yang berada di komputer atau laptop saat membuat sebuah *design*. Tuntutan durasi penggunaan komputer yang setiap hari dilakukan dapat meningkatkan prevalensi terjadinya nyeri leher. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan durasi saat menggunakan komputer terhadap keluhan nyeri leher *graphic designer* komunitas sablon Tulungagung. **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *Cross Sectional*. Data dikumpulkan dengan pembagian kuesioner pada seluruh anggota. Data yang diperoleh seperti jenis kelamin, usia, masa kerja, durasi penggunaan komputer, hingga keluhan nyeri leher. Data dilakukan uji analisa univariat dan uji bivariat dengan menggunakan *chi-square*. **Hasil:** Hasil analisa, 21 responden (63.6%) mengalami keluhan nyeri leher minimal satu kali dalam satu minggu. Responden terbanyak merupakan laki-laki dengan frekuensi 30 (90.9%). 16 responden (48.5%) berusia kurang dari 30 tahun. Berdasarkan masa kerjanya, 23 responden (69.7%) bekerja lebih dari lima tahun. 31 responden (93.9%) menunjukkan bahwa keluhan nyeri leher berkurang saat istirahat. **Kesimpulan:** Ada hubungan durasi saat menggunakan komputer dengan keluhan nyeri leher *graphic designer* komunitas sablon Tulungagung.

Kata kunci: durasi, penggunaan komputer, desainer grafis

ABSTRACT

Background: The consequences of using a computer for a long period lead to the emergence of Musculoskeletal Disorders (MSDs), especially neck pain. Neck muscles experience tension as a result of repetitive activities for a long period. A graphic designer uses a computer for quite long as they work uses software installed on a computer or laptops. Demands for the duration of daily computer used increase the prevalence of neck pain. **Purpose:** To find out the relationship between the duration of using a computer and neck pain complaints, in a graphic designer in Komunitas Sablon Tulungagung (KOSAKATA). **Method:** The research used a cross-sectional approach. Data was collected by distributing questionnaires to all community members as respondents. The data obtained included gender, age, years of service, duration of computer used, and neck pain complaints. The data were tested using univariate analysis and bivariate analysis using chi-square. **Results:** 21 respondents (63.6%) complaints of neck pain at least once a week. Most respondents were male with a frequency of 30 (90.9%). 16 respondents (48.5%) were less than 30 years old. Based on years of service, 23 respondents (69.7%) worked for more than five years. 31 respondents (93.9%) showed that neck pain complaints decreased with rest. **Conclusion:** There is a relationship between duration of using a computer with graphic designer neck pain complaints in Komunitas Sablon Tulungagung (KOSAKATA).

Keywords: duration, computer use, graphic designer, neck pain

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 <i>Latar Belakang</i>	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.5 Penelitian Terdahulu.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Anatomi.....	7
2.2 Konsep Nyeri Leher.....	13
2.3 Durasi Penggunaan Komputer.....	19
2.4 <i>Graphic Designer</i>	21
2.5 Komunitas Sablon Tulungagung.....	21
BAB III KERANGKA PENELITIAN DAN HIPOTESIS.....	22
3.1 Kerangka Berpikir.....	22
3.2 Kerangka Konsep.....	23
3.3 Hipotesis Penelitian.....	24
BAB IV METODOLOGI PENELITIAN.....	25
4.1 Rancangan Penelitian.....	25

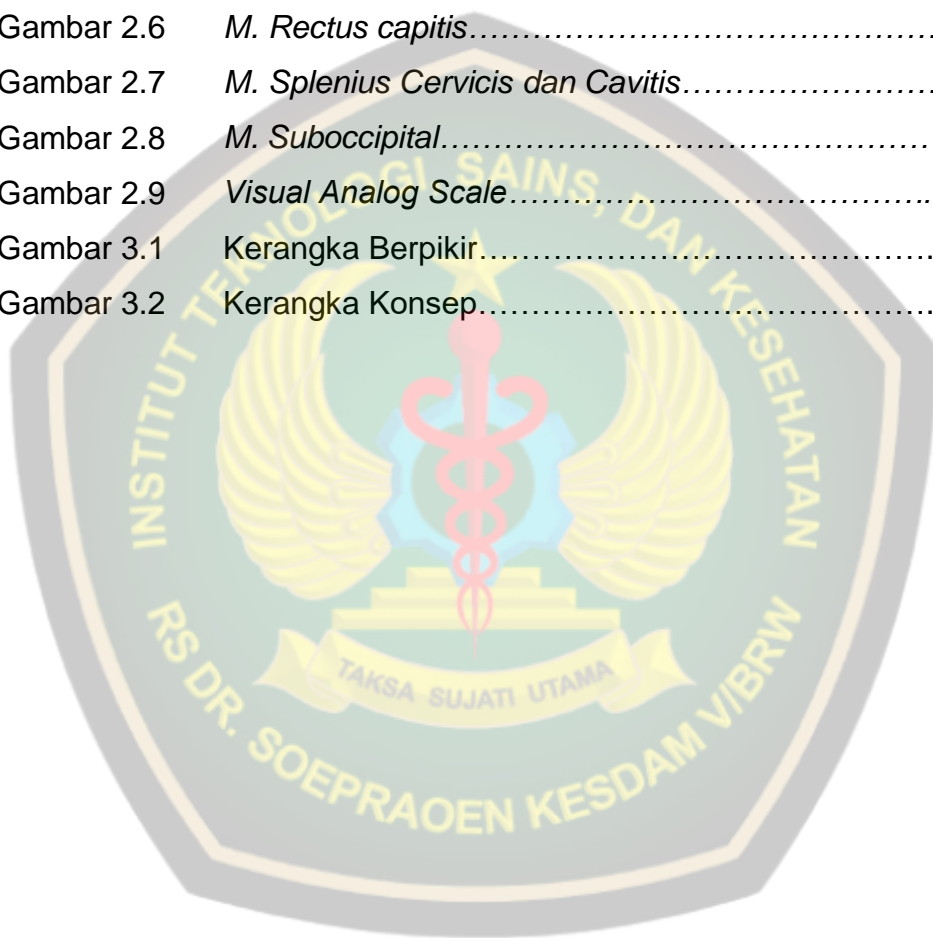
4.2	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	25
4.3	Penentuan Sumber Data.....	25
4.4	Variabel Penelitian.....	26
4.5	Definisi Operasional.....	26
4.6	Instrumen Penelitian.....	27
4.7	Prosedur Penelitian.....	27
4.8	Teknik Pengolahan dan Analisis Data.....	28
4.9	Etika Penelitian.....	28
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....		29
5.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	29
5.2	Data Umum.....	29
5.3	Data Univariat.....	30
5.4	Data Bivariat.....	32
5.5	Pembahasan.....	33
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....		38
6.1	Kesimpulan.....	38
6.2	Saran.....	38
DAFTAR PUSTAKA.....		40
LAMPIRAN.....		45

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Penelitian Terdahulu.....	4
Tabel 4.1	Definisi Operasional	26
Tabel 5.1	Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin..	37
Tabel 5.2	Karakteristik responden berdasarkan usia.....	38
Tabel 5.3	Durasi saat menggunakan komputer dalam satu kali duduk.....	38
Tabel 5.4	Keluhan nyeri leher saat bekerja.....	39
Tabel 5.5	Keluhan nyeri leher saat istirahat.....	39
Tabel 5.6	Hubungan durasi saat menggunakan komputer terhadap keluhan nyeri leher saat bekerja pada <i>graphic designer</i> di komunitas sablon Tulungagung.....	40
Tabel 5.7	Hubungan durasi saat menggunakan komputer terhadap keluhan nyeri leher saat posisi tiduran pada <i>graphic designer</i> di komunitas sablon Tulungagung.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	<i>Right lateral view of the cervical spine</i>	7
Gambar 2.2	<i>Ligament vertebra cervical</i>	8
Gambar 2.3	<i>M. Sternocleidomastoid</i>	9
Gambar 2.4	<i>M. Scalene</i>	10
Gambar 2.5	<i>M. Longus Colli dan M. Longus Capitis</i>	10
Gambar 2.6	<i>M. Rectus capitis</i>	11
Gambar 2.7	<i>M. Splenius Cervicis dan Cavitis</i>	11
Gambar 2.8	<i>M. Suboccipital</i>	12
Gambar 2.9	<i>Visual Analog Scale</i>	18
Gambar 3.1	Kerangka Berpikir.....	22
Gambar 3.2	Kerangka Konsep.....	23



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Ijin Penelitian	45
Lampiran 2	Surat Etik Penelitian	46
Lampiran 3	Dokumentasi Kegiatan Penelitian	47
Lampiran 4	Surat Lulus Plagiasi dari Prodi	48
Lampiran 5	Surat Telah Melakukan Penelitian	49
Lampiran 6	Lembar Konsul	50
Lampiran 7	Naskah Jurnal	52
Lampiran 8	<i>Curriculum Vitae</i>	60
Lampiran lain-lain		61



