

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan analisis dan pembahasan, maka dapat diperoleh kesimpulan:

1. Durasi penggunaan komputer graphic designer komunitas sablon Tulungagung dengan persentase tertinggi adalah >4 jam/hari dengan nilai 42,4%
2. Ada hubungan durasi saat menggunakan komputer terhadap keluhan nyeri leher saat bekerja pada *graphic designer* di komunitas sablon Tulungagung dengan nilai signifikansi *Pearson Chi-Square* adalah $0,002 < \alpha$ ($\alpha = 0,05$)
3. Tidak ada hubungan durasi saat menggunakan komputer terhadap keluhan nyeri leher saat istirahat pada *graphic designer* di komunitas sablon Tulungagung dengan nilai signifikansi *Pearson Chi-Square* adalah $0,180 > \alpha$ ($\alpha = 0,05$)

6.2 Saran

6.2.1 Bagi praktisi fisioterapi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan informasi tambahan berbasis data dan teori untuk meningkatkan mutu pelayanan fisioterapi secara preventif untuk pencegahan keluhan nyeri leher pada pengguna komputer.

6.2.2 Bagi Institusi

Penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan berbasis teori untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan untuk meningkatkan mutu pendidikan program studi fisioterapi.

6.2.3 Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat dalam pencegahan keluhan nyeri leher dan segera melakukan konsultasi kepada tenaga kesehatan jika mengalami gejala yang mengganggu.



DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., Al-Qudah, A., Shari, A.J.H. Al, 2020. The effect of using Modern Technology on graphic designers ' skills in Jordan Arts in the shadow of cultural and political transformations and technology. *PalArch's Journal of Archaeology of Egypt/Egyptology* 17, 14211–14233.
- Berlianisa, S., Sekarwana, N., Sakinah, R.K., 2021. Hubungan Durasi Total Penggunaan Gadget Perhari dengan Kejadian Computer Vision Syndrome pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh di Masa Pandemi Covid-19 840–846.
- Dwiyanti, N., 2020. Kejadian Nyeri Leher Pada Operator Komputer: Narrative Review Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ' Aisyiyah Yogyakarta Kejadian Nyeri Leher Pada Operator Komputer: Narrative Review.
- Faiza, S., Muhammad Salman, B., Syed Imtiaz, H., Sarah, E., 2013. Prevalence of Neck Pain and Disability in Computer Users. *International Journal of Science and Research* 6, 2319–7064.
- Hallman, D.M., Gupta, N., Heiden, M., Mathiassen, S.E., Korshøj, M., Jørgensen, M.B., Holtermann, A., 2016. Is prolonged sitting at work associated with the time course of neck-shoulder pain? A prospective study in Danish blue-collar workers. *BMJ Open* 6, 1–9. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-012689>
- Hardi, A.F., 2021. Pembelajaran Daring Terhadap Keluhan Nyeri Leher 1–10.
- Harjono Hadiwardjo, Y., 2021. Peningkatan Pengetahuan Ergonomi Dan Keterampilan Peregangan Otot Leher Untuk Mencegah Nyeri Leher. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2, 1007–1015. <https://doi.org/10.31949/jb.v2i4.822>

- Henriette, J., Grotle, M., Smedbråten, K., Dunn, K.M., Øiestad, B.E., 2020. Risk factors for neck pain in young adults - a systematic review and meta-analysis. *BMC musculoskeletal disorders* 21, 366.
- Keown, G.A., Tuchin, P.A., 2018. Workplace Factors Associated With Neck Pain Experienced by Computer Users: A Systematic Review. *Journal of Manipulative and Physiological Therapeutics* 41, 508–529. <https://doi.org/10.1016/j.jmpt.2018.01.005>
- Limanseto, H., 2022. Pemerintah Dorong Optimalisasi Pertumbuhan Industri Kreatif Indonesia. KEMENTERIAN KOORDINATOR BIDANG PEREKONOMIAN. URL <https://www.ekon.go.id/publikasi/detail/3593/pemerintah-dorong-optimalisasi-pertumbuhan-industri-kreatif-indonesia> (accessed 12.12.22).
- Mandagi, B.I.J.J., Rumampuk, J.F., Danes, V.R., 2022. Hubungan Durasi Duduk terhadap Kejadian Tension Neck Syndrome dalam Masa Pembelajaran Daring selama Pandemi COVID-19. *Jurnal Biomedik:JBM* 14, 55. <https://doi.org/10.35790/jbm.v14i1.37585>
- Mardiyanti, F., 2021. Pengukuran Risiko Kerja dan Keluhan Muskuloskeletal Pada Pekerja Pengguna Komputer. *Journal of Innovation Research and Knowledge* 1, 10–27.
- Mauluddin, Y., Maessa, C.A., 2022. Pengaruh Postur Tubuh Saat Belajar Online Terhadap Keluhan Muskuloskeletal. *Jurnal Kalibrasi* 19, 118–129. <https://doi.org/10.33364/kalibrasi/v.19-2.1097>
- Mestiana Br.Karo, Maria Pujiastuti, Helinida Saragih, I.D.S., 2021. Hubungan Lama Penggunaan Laptop Selama Pembelajaran Daring Dengan Computer Vision Syndrome Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Di Stikes Santa Elisabeth Medan Tahun 2021. STIKes Santa Elisabeth. Medan.
- Nadhifah, N., Irianto, I., Ahsaniyah, A.B., 2019. Analysis Risk Factors for Neck Pain Complaints in Production Workers At Pt Maruki

International Indonesia. Nusantara Medical Science Journal 4, 7.
<https://doi.org/10.20956/nmsj.v4i1.6590>

Nadhifah, N., Udijono, A., Wuryanto, Moh.A., Saraswati, L.D., 2021.
GAMBARAN KEJADIAN NYERI LEHER PADA PENGGUNA
SMARTPHONE (Studi Di Pulau Jawa 2020). Jurnal Kesehatan
Masyarakat (Undip) 9, 548–554.
<https://doi.org/10.14710/jkm.v9i4.30516>

Ogunlana, M.O., Govender, P., Oyewole, O.O., 2021. Prevalence and
patterns of musculoskeletal pain among undergraduate students of
occupational therapy and physiotherapy in a South African university.
Hong Kong Physiotherapy Journal 41, 35–43.
<https://doi.org/10.1142/S1013702521500037>

Oktavera, R.M., 2021. Analisis Permintaan Desain Komunikasi Visual Di
Kota Malang. Jurnal Ilmiah Mahasiswa FEB.

Publikasi, N., 2021. Efektivitas Workplace Stretching Terhadap Kejadian
Nyeri Leher Akibat Posisi Kerja Statis Pada Operator Komputer
Narrative Review. Unisa.

Pujasakti, M.S., Widjasena, B., Kurniawan, B., 2019. Hubungan postur kerja
dengan metode Quick Exposure Checklist (QEC) pada keluhan nyeri
leher (Studi Kasus Pada Pekerja Operator Jahit Berdiri PT. MAS
Sumbiri, Boja Kabupaten Kendal). Jurnal Kesehatan Masyarakat 7,
609–612.

Putra, A.I.Y.D., Wardana, I.N.G., Yuliana, Muliani, 2021. Prevalensi dan
Derajat Nyeri Leher Akibat Penggunaan Telepon Genggam pada
Mahasiswa PSSKPD FK UNUD Berumur 18-23 Tahun 11, 7–12.

Rahma, Z., Agustini, D., Supartono, B., 2022. Efek postur , lama duduk dan
ukuran laptop terhadap nyeri leher selama pembelajaran daring.
Majalah Kedokteran Andalas 45, 256–269.

- Ratmawati, Y., Kusumawati, Y.R., 2021. Hubungan Lama Duduk Terhadap Keluhan Nyeri Leher Myofascial pada Pemain E-Sport. IKOR Universitas Negeri Malang 9, 6–10. <https://doi.org/10.35790/ebm.v9i2.31808>
- Safitri, Andia. 2019. Hubungan *Forward Head Posture* dengan Kejadian Nyeri Leher pada Mahasiswa Sistem Informasi Institut Teknologi Sepuluh November Surabaya. Surabaya. Universitas Airlangga
- Sani, A.F., Hidayati, H.B., Suharjanti, I., Basuki, M., Islamiyah, W.R., 2019. THE CHALLENGES OF NEUROLOGICAL DEVELOPMENT IN 4.0 GENERATION OF INDUSTRIAL REVOLUTIONARY ERA. CV. Dwiputra Pustaka Jaya.
- Schmidt, K.G., Holtermann, A., Jørgensen, M.B., Svendsen, M.J., Rasmussen, C.D.N., 2021. Developing a practice and evidence-based guideline for occupational health and safety professionals to prevent and handle musculoskeletal pain in workplaces. *Applied Ergonomics* 97. <https://doi.org/10.1016/j.apergo.2021.103520>
- Siddiqua, A., Khan, K., Faizan, M., Student, U.G., 2021. Neck pain in computer users. Original Research Article Panacea Journal of Medical Sciences 6, 88. <https://doi.org/10.5958/2348-7682.2016.00010.5>
- Situmorang, C.K., Widjasena, B., Wahyuni, I., Masyarakat, F.K., Diponegoro, U., Masyarakat, F.K., Diponegoro, U., 2020. Hubungan Antara Durasi, Postur Tubuh, dan Penggunaan Komputer Terhadap Keluhan Neck Pain Pada Tenaga Kependidikan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 8, 672–678.
- Wicaksono, 2016. Penggunaan Laptop Pada Mahasiswa Fakultas Teknik Jurusan Arsitektur Universitas Diponegoro. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)* 4, 568–580.
- Yustianti, Y.T., Pusparini, P., 2019. Hubungan intensitas pemakaian gawai dengan neck pain pada usia 15-20 tahun. *Jurnal Biomedika dan*

Kesehatan

2,

71–76.

<https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2019.v2.71-76>

