

**HUBUNGAN POSISI DUDUK DENGAN GANGGUAN  
MUSCULOSKELETAL DISORDERS PADA PEKERJA  
KONVEKSI RUMAHAN DI DESA EROMOKO KECAMATAN  
EROMOKO WONOGIRI**



NIM. 1851700154

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT DAN ILMU  
KESEHATAN  
UNIVERSITAS VETERAN BANGUN NUSANTARA  
SUKOHARJO  
2023**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala nikmat dan karunia yang diberikan kepada kita sehingga penulis akhirnya dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “Hubungan Posisi Duduk Dengan Gangguan *Musculoskeletal Disorders* Pada Pekerja Konveksi Rumahan di Desa Eromoko Kecamatan Eromoko Wonogiri”.

Penulis menyadari dalam penyusunan Skripsi ini masih terdapat banyak kekurangan dan kesulitan namun dengan bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak akhirnya Skripsi ini dapat terselesaikan. Untuk itu penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Wartini, S.K.M., M. Sc. sebagai Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat dan Ilmu Kesehatan Universitas Bangun Nusantara Sukoharjo.
2. Nine Elissa Maharani, S.K.M., M.Kes selaku Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Bangun Nusantara Sukoharjo.
3. Wartini, S.K.M., M. Sc. selaku pembimbing I yang telah membimbing penulis dalam penyusunan Skripsi ini.
4. Akhmad Azmiardi, S.K.M.M.K.M selaku pembimbing II yang telah membimbing penulis dalam penyusunan Skripsi ini.
5. Bapak Sriwanto selaku Kepala Desa di Desa Eromoko Kecamatan Wonogiri
6. Ibu Jumini selaku pemilik usaha konveksi-rumahan di Desa Eromoko
7. Responden penelitian yang ada di Konveksi Rumahan.
8. Keluargaku tercinta, yang sudah merelakan waktunya tersita dan selalu menjadi pemberi semangat yang tiada habisnya.
9. Semua pihak yang telah membantu terselesaikannya penyusunan Skripsi ini yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu.

Semoga Skripsi ini dapat menambah ilmu pengetahuan dan semoga bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Sukoharjo,  
Galih Atma Rosyita

## DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI .....	vi
DAFTAR TABEL .....	viii
DAFTAR BAGAN.....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN .....	xi
DAFTAR SINGKATAN.....	xii
ABSTRAK .....	xiii
ABSTRACT .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	7
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Ruang Lingkup Penelitian.....	8
F. Orisinalitas Penelitian.....	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	12
A. Kajian Teori .....	12
1. <i>Musculoskeletal Disorders</i> .....	12
2. Posisi Duduk .....	17
3. Konveksi .....	21
B. Kerangka Teori .....	21
C. Kerangka Konsep .....	22
D. Hipotesis .....	23
BAB III METODE PENELITIAN .....	24
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	24
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	24
C. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling .....	25
D. Alur Penelitian .....	26
E. Variabel Penelitian .....	28
F. Definisi Operasional.....	29

G. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	29
H. Jenis dan Sumber Data.....	33
I. Instrumen Penelitian.....	34
J. Pengumpulan Data .....	35
K. Pengolahan Data .....	36
L. Analisis Data .....	37
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>39</b>
A. Hasil.....	39
1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	39
2. Gambaran Karakteristik Responden .....	40
3. Analisis Univariat.....	41
4. Analisis Bivariat.....	42
B. Pembahasan.....	44
1. Analisis Univariat.....	44
2. Analisis Bivariat .....	45
C. Keterbatasan Penelitian.....	47
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>48</b>
A. Kesimpulan.....	48
B. Saran.....	48
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>50</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>	<b>54</b>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Orisinalitas Penelitian .....	10
Tabel 2 Definisi Operasional .....	29
Tabel 3 Hasil Uji Validitas <i>Nordic Body Map</i> (NBM) .....	32
Tabel 4 Hasil Uji Reliabilitas Posisi Duduk .....	33
Tabel 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia .....	40
Tabel 6 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin .....	41
Tabel 7 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Masa Kerja .....	41
Tabel 8 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Variabel Gangguan Musculoskeletal disorders .....	42
Tabel 9 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Variabel Posisi Duduk .....	42
Tabel 10 Tabel Analisis Hubungan Posisi Duduk dengan MSDs .....	43



## DAFTAR BAGAN

Bagan 1 Kerangka Teori .....	22
Bagan 2 Kerangka Konsep.....	23
Bagan 3 Alur Penelitian .....	26



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Macam macam posisi duduk.....	17
Gambar 2	Posisi duduk kerja .....	18
Gambar 3	Posisi duduk tegak.....	18
Gambar 4	Ergonomi posisi duduk .....	20
Gambar 5	Posisi duduk kerja yang benar.....	20



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Ijin Survei Pendahuluan .....	54
Lampiran 2 Surat Ijin Penugasan Dosen .....	55
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian .....	57
Lampiran 4 Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden.....	58
Lampiran 5 Kuisisioner Data Individu .....	59
Lampiran 6 Lembar NBM (Nordic Body Map).....	60
Lampiran 7 Lembar Kuisisioner Posisi Duduk .....	63
Lampiran 8 Dokumentasi .....	64
Lampiran 9 Pengisian Lembar Persetujuan & Kuisisioner Responden.....	66
Lampiran 10 Hasil Penelitian.....	70
Lampiran 11 Data Mentah Penelitian .....	72
Lampiran 12 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas .....	75
Lampiran 13 Hasil Uji Normalitas .....	81
Lampiran 14 Hasil Spearman Rank .....	82
Lampiran 15 Kartu Bimbingan .....	83
Lampiran 16 Jadwal Penelitian .....	85



## DAFTAR SINGKATAN

AR : *Arthritis Reumanoid*

CDC : *Center for Disease Control*

IMT : *Indesk Masa Tubuh*

KAK : Kecelakaan Akibat Kerja

K3 : Kesehatan dan Keselamatan Kerja

LFS : *Labour Force Survey*

MSDs : *Musculoskeletal Disorders*

NBM : *Nordic Body Map*

OA : *Osteo Arthritis*

PAK : Penyakit Akibat Kerja

WHO : *World Health Organization*



## ABSTRAK

**Galih Atma Rosyita. 1851700154. Hubungan Posisi Duduk Dengan Gangguan *Musculoskeletal Disorders* di Desa Eromoko Kecamatan Eromoko Wonogiri. Skripsi Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Kesehatan Universitas Veteran Bangun Nusantara Sukoharjo.**

*Musculoskeletal disorders* merupakan gangguan yang dapat menyebabkan nyeri terutama nyeri punggung. Hal ini sering terjadi pada pekerja konveksi rumahan terutama di bagian yang menjahit karena posisi duduk yang tidak ergonomis. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan posisi duduk dengan gangguan *musculoskeletal disorders* pada pekerja konveksi rumahan di Desa Eromoko Kecamatan Eromoko Wonogiri.

Metode penelitian dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari 2023 di Desa Eromoko Kecamatan Eromoko Wonogiri. Sampel sebanyak 30 responden. Teknik sampling menggunakan *total sampling*. Variabel bebas : posisi duduk. Variabel terikat : gangguan *musculoskeletal disorders*. Instrument penelitian ini menggunakan lembar kuisioner posisi duduk dan *nordic body map*. Analisis data menggunakan uji *spearman rank*.

Hasil penelitian diketahui 22 responden (73,3%) mengalami sakit gangguan *musculoskeletal*, 8 responden (26,7%) tidak sakit gangguan *musculoskeletal*, 19 responden (63,3%) memiliki posisi duduk tidak ergonomis dan 11 responden (36,3%) memiliki posisi duduk ergonomis. Hasil dari analisis bivariat menggunakan uji *spearman rank* diperoleh nilai 0,028 ( $\leq 0,05$ ).

Kesimpulan dari penelitian ini ialah terdapat hubungan signifikan antara posisi duduk dengan gangguan *musculoskeletal disorders*. Disarankan untuk para pekerja rutin melakukan olahraga seperti peregangan otot atau pemanasan secara mandiri tiap hari sebelum kerja sekitar 2 sampai 3 jam dan diharapkan bagi peneliti selanjutnya ialah menambah variabel lebih banyak dan menambah jumlah sampel tidak hanya dua variabel saja.

Kata kunci : *musculoskeletal disorders*, posisi duduk, pekerja konveksi

Kepustakaan : 37 (2010-2022)

Pembimbing I

Wartini, S.K.M., M.Sc

Pembimbing II

Dr. Akhmad Azmiardi, S.KM., M.K.M

Mengetahui,  
Dekan Kesehatan Masyarakat



Wartini, S.K.M., M.Sc

## ABSTRACT

**Galih Atma Rosyita. 1851700154. The Relationship Between Sitting Position and Musculoskeletal Disorders in Eromoko Village, Eromoko Wonogiri District. Script. Faculty of Public Health and Health Sciences. University of Veterans Bangun Nusantara Sukoharjo.**

*Musculoskeletal disorders are disorders that can cause pain, especially back pain. This often happens to home workers, especially in the sewing department because of the ergonomic sitting position. The aim of the research was to determine the relationship between position and musculoskeletal disorders in house convection workers in Eromoko Village, Eromoko Wonogiri District.*

*The research method in this study uses a quantitative cross sectional design method. This research was carried out in February 2022, Eromoko Village, Eromoko Wonogiri District. The sample consisted of 30 responses. The sampling technique used total sampling. Independent variable: sitting position. Dependent variable: musculoskeletal disorders. The research instrument used a sitting position questionnaire sheet and a Nordic body map. Data analysis uses the Spearman rank test.*

*The results of the study showed that 22 respondents (73.3%) experienced musculoskeletal disorders, 8 respondents (26.7%) did not suffer from musculoskeletal disorders, respondents (63.3%) had an unergonomic sitting position and 11 respondents (36.3%) had an Ergonomic sitting. The results of bivariate analysis using the Spearman rank test obtained a value of 0.028 (<0.05).*

*The conclusion of this research is that there is a significant relationship between sitting position and musculoskeletal disorders. It is recommended that workers routinely do exercise such as stretching muscles or warming up independently every day before work for around 2 to 3 hours and it is hoped that future researchers will add more variables and increase amount. The sample is not just two variables*

*Keywords : musculoskeletal disorders, sitting position, convection workers  
Literature : 37 (2010-2022)*