

GAMBARAN KEMAMPUAN FUNGSIONAL NECK TERHADAP DURASI KERJA PEGAWAI YANG MENGALAMI NECK PAIN

Description Of The Functional Capability Of The Neck On The Work Duration Of Employees Who Experience Neck Pain

Muhammad Yusrin Al Gifari*, Dian Intan Permatasari, Nurintan Purnamasari Arial

Politeknik Unggulan Kalimantan
Prodi D3 Fisioterapi Politeknik Unggulan Kalimantan
(*algiphysio@gmail.com)

ABSTRACT

Neck Pain is pain related to posture, sleeping habits, work position, stress, chronic muscle fatigue, degenerative changes of the cervical disc. **Purpose:** The aim of this research is to find out about the description of the functional ability of the neck on the duration of work of the Politeknik Unggulan Kalimantan employees who experience neck pain. **Method:** Type of quantitative research with a descriptive analytic research design. This method is used to determine the value of the functional ability of the neck of the employees of the Politeknik Unggulan Kalimantan who experience neck pain by using the Neck Disability Index (NDI). **Results:** The results of the research conducted showed that the most experienced neck pain was 37 employees with a percentage of 94.5%, based on the duration of the employee's work more duration of 8 hours of work with a percentage of 97%, impaired functional ability of the neck in Polish employees who experience neck pain a maximum of 24 employees with a presentation of 65%. **Conclusion:** The incidence of neck pain was found among the employees of the Politeknik Unggulan Kalimantan.

Keywords : Duration Work, Functional Neck, Neck Pain

ABSTRAK

Neck Pain adalah nyeri yang berhubungan dengan postur, kebiasaan tidur, posisi kerja, stres, kelelahan otot kronis, perubahan degeneratif dari discus cervicalis. **Tujuan:** Tujuan penelitian untuk mengetahui tentang gambaran kemampuan fungsional neck terhadap durasi kerja pegawai Politeknik Unggulan Kalimantan yang mengalami neck pain. **Metode:** Jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian deskriptif analitik. Metode ini digunakan untuk mengetahui nilai kemampuan fungsional neck pegawai Politeknik Unggulan Kalimantan yang mengalami neck pain dengan menggunakan Neck Disability Index (NDI). **Hasil:** Hasil penelitian yang dilakukan didapatkan hasil paling banyak yang mengalami neck pain sebanyak 37 pegawai dengan persentase 94,5%, berdasarkan durasi pekerjaan pegawai lebih banyak durasi 8 jam pekerjaan dengan persentase 97%, gangguan kemampuan fungsional neck pada pegawai polanka yang mengalami neck pain paling banyak 24 pegawai dengan persentase 65%. **Kesimpulan:** Ditemukan angka insidensi kejadian neck pain pada pegawai Politeknik Unggulan Kalimantan.

Kata kunci : Durasi Kerja, Fungsional Neck, Neck Pain

PENDAHULUAN

Muskuloskeletal *Disorder* (MSDs) merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering muncul saat melakukan aktivitas. MSDs yang terkait dengan penggunaan komputer adalah kelelahan otot *neck* yang diakibatkan oleh postur janggal otot *neck* dalam waktu yang lama sehingga terjadi ketegangan otot (Situmorang *et al*, 2020). Postur yang janggal atau sikap kerja yang tidak alamiah merupakan sikap kerja yang dapat menyebabkan posisi bagian tubuh menjauhi posisi alamiahnya, misalnya pergerakan lengan pekerja yang terangkat, posisi punggung yang terlalu membungkuk, posisi *neck* mendongak ke atas atau ke bawah, dan posisi – posisi tidak ergonomis lainnya. Semakin jauh posisi tubuh dari pusat gravitasi tubuh, maka semakin tinggi pula resiko terjadinya keluhan kelemahan otot (Safitri *et al*, 2017). Beberapa pekerjaan melakukan aktivitasnya menggunakan gerakan secara berulang dan keadaan statis dalam jangka waktu yang lama sehingga dapat mengakibatkan gangguan muskuloskeletal. *Neck pain* merupakan salah satu keluhan yang sering terjadi di masyarakat terutama pada pegawai (Genebra, 2017). Menurut Cindystari (2014) semakin lama masa kerja seseorang maka makin lama pula keterpaparan terhadap waktu dan jenis pekerjaan yang dilakukan oleh pekerja, sehingga akan menimbulkan berbagai keluhan-keluhan fisik akibat pekerjaannya. Masa kerja >5 tahun memiliki resiko mengalami nyeri leher lebih tinggi 4.444 kali lebih tinggi dibandingkan masa kerja (Dinar, 2018).

Menurut *World Health Organization* (WHO), *neck pain* menempati urutan ke-4 sebagai penyumbang kecacatan global terbesar. Populasi 30-50% mengalami *neck pain* setiap tahunnya dan setiap dua dari tiga orang mengalami *neck pain* selama hidup. Pada tahun 2017 jumlah kasus *neck pain* adalah 288,7 juta (95% interval ketidakpastian 254,7 sampai 323,5 juta) dengan standar usia poin prevalensi per 100000 penduduk dari 3551,1. Jumlah kecacatan akibat *neck pain* pada level global tahun 2017 mencapai 28,6 juta (95% interval 20,0-40,2 juta) per 100000 penduduk, dan ini juga tidak berubah dari tahun 1990 hingga 2017. Menurut data global *neck pain* sering terjadi pada wanita dibandingkan dengan pria, meskipun tidak begitu signifikan dengan jumlah 0.05 (Safiri *et al.*, 2017). Di Indonesia setiap tahunnya 2 terdapat jumlah prevalensi sekitar 16,6% populasi dewasa yang mengalami keluhan, bahkan 0,6% mengalami keluhan *neck pain* yang lebih berat (Nadhifah *et al.*, 2019). *Neck pain* berkaitan dengan postur, pola tidur, posisi kerja, stres, kelelahan otot *kronis*, adaptasi dari nyeri *primer* atau perubahan *degeneratif* dari *discus cervicalis* (Sari & Djawas, 2021). Beberapa pekerjaan seperti, pegawai kantor dalam beberapa penelitian telah ditemukan memiliki angka *insidensi* kejadian *neck pain* (Cohen, 2015). Salah satu penyebab terjadinya *neck pain* pada pegawai, yaitu karena tidak memperhatikan posisi ergonomi saat melakukan pekerjaan, juga durasi yang lama secara terus-menerus, sehingga otot-otot daerah *neck* dan pundak menjadi tegang dan berkelanjutan menjadi *neck pain* (Chone and Hooten, 2017). Adapun untuk mengetahui nilai status fungsional pasien *neck pain*, salah satunya menggunakan *Neck Disability Index* (NDI) (Kamper *et al.*, 2014). NDI merupakan alat ukur berupa kuesioner untuk mengevaluasi intensitas nyeri aktivitas fungsional dan sehari-hari serta mengukur tingkat keterbatasan dalam melakukan kegiatan sehari-hari (Putra *et a.*, 2020).

Berdasarkan hasil observasi peneliti yang dilakukan di Politeknik Unggulan Kalimantan bahwa belum pernah dilakukannya penelitian mengenai kemampuan fungsional *neck* ataupun mengukur nyeri leher yang dialami oleh pegawai di Politeknik Unggulan Kalimantan. Dengan ini, penulis tertarik untuk meneliti tentang bagaimana gambaran fungsional *Neck* pada pegawai di Politeknik Unggulan Kalimantan. Maka dari itu penulis mengambil penelitian ini dengan judul “Gambaran Fungsional *Neck* Terhadap Durasi Kerja Pegawai Politeknik Unggulan Kalimantan”.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian deskriptif analitik. Dilaksanakan di Politeknik Unggulan dari tanggal 13 April – 26 Mei 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pegawai Politeknik Unggulan Kalimantan sebanyak 53 orang pegawai. Sampel dalam penelitian ini adalah pegawai yang mengalami *neck pain* dan sudah memenuhi kriteria inklusi adapun kreterian inklusi adalah Responden mengalami *neck pain*, Riwayat pernah mengalami *neck pain*, Pegawai yang menggunakan komputer atau laptop, serta Bersedia menjadi responden dalam penelitian dan bersedia mengisi *informed consent*.

Variabel pada penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu gambaran kemampuan fungsional neck terhadap durasi kerja pegawai politeknik unggulan kalimantan yang mengalami *neck pain*. Instrumen dalam penelitian ini adalah Neck Disability Index (NDI) untuk mengetahui pengukuran *neck pain* yang mempengaruhi kemampuan fungsional aktivitas sehari-hari.

Adapun table NDI sebagai berikut :

Nama :
Umur :
Jenis Kelamin :
Alamat :
Tanggal Pengukuran :

Tabel Kuesioner *Neck Disability Index*

<p>SESI 1-Tingkatan Nyeri</p> <p>A. Sekarang saya tidak merasakannyeri. B. Sekarang saya merasakan nyerisangat ringan. C. Sekarang saya merasakan nyerisedang. D. Sekarang saya merasakan nyericukup hebat. E. Sekarang saya merasakan nyerisangat hebat. F. Sekarang nyeri yang saya rasakan tidak tertahan.</p>	<p>SESI 2-Perawatan Diri(Mencuci, berpakaian,dll)</p> <p>A. Saya dapat melakukan aktivitas fungsional sehari-hari tanpa adanya nyeri yang bermakna. B. Saya dapat melakukan aktivitas fungsional, tetapi saya merasakan nyeri. C. Saya merasa nyeri saat melakukan aktivitas sehari-haridan saya melakukan perlahan dan hati-hati. D. Saya butuh bantuan untuk melakukan aktivitas fungsionalsehari-hari, tetapi saya dapat melakukan aktivitas tertentu. E. Saya butuh bantuan pada semuaaktivitas fungsional sehari-hari. F. Saya sulit untuk melakukan aktivitas fungsional sehari-haridan hanya ditempat tidur.</p>
<p>SESI 3-Mengangkat</p> <p>A. Saya dapat mengangkat sesuatutanpa adanya nyeri. B. Saya dapat mengangkat sesuatu, tetapi adanya nyeri. C. Saya harus dengan posisi tertentu yang benar untuk mengangkat sesuatu, supayatidak nyeri. D. Saya dapat mengangkat sesuatuyang ringan sampai sedang dengan posisi tertentu yang benar, supaya tidak nyeri. E. Saya dapat mengangkat sesuatuyang sangat ringan. F. Saya tidak dapat mengangkat apapun.</p>	<p>SESI 4-Membaca</p> <p>A. Saya dapat membaca apapun, tanpa menimbulkan nyeri pada<i>neck</i> . B. Saya dapat membaca apapun, disertai nyeri sangat ringan pada <i>neck</i> . C. Saya dapat membaca apapun, dengan nyeri sedang pada <i>neck</i> . D. Saya tidak dapat membaca sebanyak yang saya mau, karena ada nyeri sedang pada<i>neck</i> . E. Saya tidak dapat membaca sebanyak yang saya mau, karena sangat nyeri pada <i>neck</i> . F. Saya tidak dapat membaca apapun.</p>
<p>SESI 5- Sakit Kepala</p> <p>A. Saya tidak mengeluh sakitkepala. B. Jarang sekali, saya mengeluh sedikit sakitkepala. C. Jarang sekali, saya mengeluh sakit kepala sedang. D. Sering sekali, saya mengeluh sakit kepala sedang. E. Sering sekali, saya mengeluh nyeri kepalahebat. F. Saya mengeluh nyeri kepala hampir setiapsaat.</p>	<p>SESI 6- Konsentrasi</p> <p>A. Saya dapat konsentrasi denganbaik tanpa adanya kesulitan. B. Saya sedikit kesulitan konsentrasi, tetapi masih dapatkonsentrasi dengan baik. C. Saya sedikit kesulitankonsentrasi. D. Saya memiliki kesulitan yang cukup besar untuk konsentrasi. E. Saya memiliki kesulitan yang sangat besar untuk konsentrasi. F. Saya tidak dapat konsentrasipada semua hal.</p>
<p>SESI 7- Bekerja</p> <p>A. Saya dapat melakukan pekerjaan, sebanyak yang sayainginkan. B. Saya dapat melakukan pekerjaan sehari-hari, tetapi tidak berlebihan. C. Saya dapat melakukan pekerjaansehari-hari, sesuai yang saya inginkan. D. Saya tidak dapat melakukanpekerjaan sehari-hari. E. Saya kesulitan melakukanseluruh pekerjaan.</p>	<p>SESI 8- Mengendarai</p> <p>A. Saya dapat mngendarai sendiri kendaraan saya, tanpa adanya nyeri pada <i>neck</i> . B. Saya dapat mengendarai sendiri kendaraan saya, walaupun ada nyeri ringan pada <i>neck</i> . C. Saya dapat mengendarai sendiri kendaraan saya, walaupun ada nyeri sedang pada <i>neck</i> . D. Saya tidak dapat mengendarai sendiri kendaraan saya, karena ada nyeri sedang pada <i>neck</i> .</p>

F. Saya tidak dapat melakukanseluruh pekerjaan.	E. Saya kesulitan mengendarai sendiri kendaraan saya, karenanyeri hebat pada <i>neck</i> .
	F. Saya tidak dapat mengendarai sendiri kendaraan saya.
SESI 9-Tidur	SESI 10- Rekreasi
A. Saya tidak memiliki gangguantidur.	A. Saya dapat melakukan semua aktivitas rekreasi,tanpa ada <i>neck pain</i> .
B. Ada sedikit gangguan tidur (kurang dari 1 jam, tak dapattidur).	B. Saya dapat melakukan semua aktivits rekreasi, walaupun ada sedikit nyeri pada <i>neck</i> .
C. Ada gangguan tidur (1-2 jam,tak dapat tidur).	C. Ada aktivitas rekreasi tertentu yang tidak dapat saya lakukan, karena nyeripada <i>neck</i> .
D. Ada gangguan tidur yang cukup (2-3 jam, tak dapat tidur).	D. Saya hanya dapat melakukan beberapa aktivitas rekreasi, karena nyeri pada <i>neck</i> .
E. Tidur saya sangat terganggu (3- 5 jam, tak dapat tidur).	E. Saya kesulitan untuk melakukan aktivitas rekreasi, karena nyeri padaneck .
F. Saya tidak dapat tidur samasekali(5-7 jam).	F. Saya tidak dapat melakukan semua aktivitas rekreasi.

Teknik Penilaian

- a. Tiap-tiap jawaban 10 sesi di atas, masing-masing diberikan nilai dari 0 sampai 5. Kemudian ditambahkan nilai tersebut (jumlah maksimal = 50). Contoh:

Sesi 1. Tingkatan Nyeri

- | | Nilai |
|--|-------|
| A. Sekarang saya tidak merasakan nyeri | 0 |
| B. Sekarang saya merasakan nyeri sangat ringan | 1 |
| C. Sekarang saya merasakan nyeri sedang | 2 |
| D. Sekarang saya merasakan nyeri cukup hebat | 3 |
| E. Sekarang saya merasakan nyeri sangat hebat | 4 |
| F. Sekarang nyeri yang dirasakan tidak tertahankan | 5 |
- b. Jika 10 sesi telah dinilai, jumlahkan nilai pasien tersebut.
- c. Jika ada sesi yang tidak di isi, maka jumlah nilai pasien dibagi dengan jumlah sesi yang diisi, dikali 5
- Contoh :
- Jika 9 dari 10 sesi telah dilengkapi, bagilah perolehan nilai pasien $9 \times 5 = 45$;
Jika....
Nilai pasien : 22
Jumlah sesi yang dilengkapi : $9 (9 \times 5 = 45)$
 $22/45 \times 100 = 48\%$ disabilitas
- d. Interpretasi dari nilai disabilitas

SCORE

Tabel 3.1 Interpretasi Nilai NDI

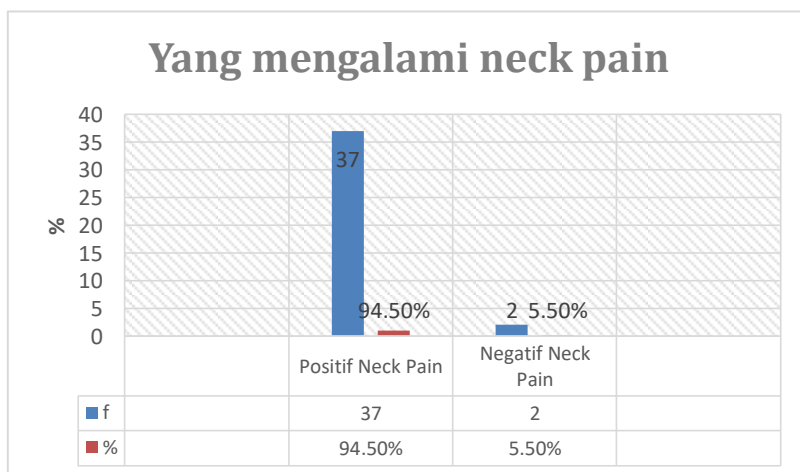
SCORE	Keterangan
0-20%	Minimal Disabilitas (ringan)
20-40%	Moderate Disabilitas (sedang)
40-60%	Severe Disabilitas (berat)
60-80%	Crippled (lumpuh)
80-100%	~

Dalam pengumpulan data terdapat langkah-langkah yang dilakukan yaitu dengan melakukan observasi dan studi pendahuluan ke Politeknik Unggulan Kalimantan, kemudian peneliti melakukan pendataan awal seperti nama, usia dan jenis kelamin. Selanjutnya mulai menjelaskan mekanisme pengukuran yang akan digunakan. Lakukan pencatatan hasil dan dokumen tasi dalam melakukan penelitian

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di Politeknik Unggulan Kalimantan pada tanggal 13 April sampai 26 Mei 2023 dengan menggunakan formulir pemeriksaan *Neck Disability Index* (NDI) untuk mengetahui kemampuan fungsional pada pegawai Politeknik Unggulan Kalimantan yang mengalami *neck pain*. Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan melakukan penelitian, kemudian menjelaskan mengenai surat pernyataan kesediaan menjadi responden. Jumlah populasi pegawai di Politeknik Unggulan Kalimantan berjumlah 55 orang pegawai yang kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi mendapatkan hasil akhir responden berjumlah 39 orang pegawai. Data karakteristik dapat dilihat melalui table

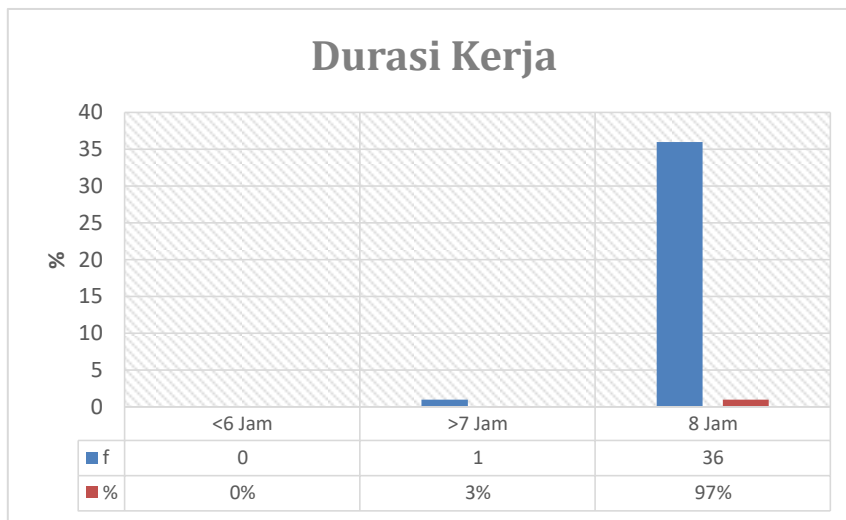
1. Karakteristik Responden Yang Mengalami *Neck Pain*



Gambar. Karakteristik Responden Yang Mengalami *Neck Pain*

Berdasarkan Gambar diatas diketahui distribusi responden yang mengalami neck pain, didapatkan hasil positif *neck pain* sebanyak 37 pegawai dengan persentase 94,5% dan negatif *neck pain* sebanyak 2 pegawai dengan persentase 5,5%.

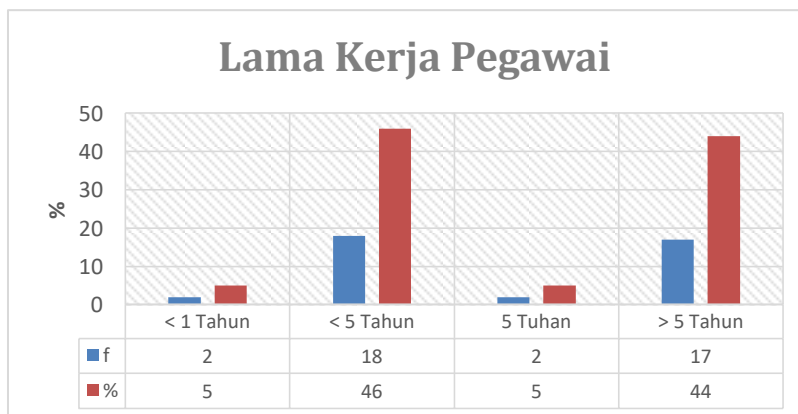
2. Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Pekerjaan Pegawai



Gambar Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Kerja

Berdasarkan gambar karakteristik responden berdasarkan durasi pekerjaan pegawai, didapatkan hasil durasi pegawai terbanyak adalah 8 jam dengan persentase 97% dan durasi >7 jam sebanyak 1 orang dengan persentase 3%.

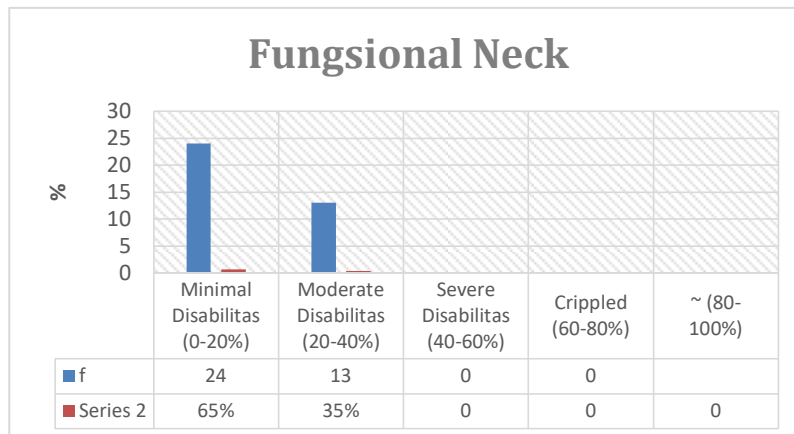
3. Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Kerja Pegawai



Gambar Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Kerja Pegawai

Berdasarkan gambar karakteristik responden berdasarkan lama kerja pegawai, didapatkan hasil lama kerja pegawai terbanyak adalah < 5 tahun sebanyak 18 pegawai dengan persentase 46 %, lama kerja pegawai > 5 tahun sebanyak 17 pegawai dengan persentase 44%, lama kerja pegawai 5 tahun sebanyak 2 pegawai dengan presentasi 5% dan lama kerja pegawai < 1 tahun sebanyak 2 pegawai dengan persentase 5%.

4. Karakteristik Gangguan Kemampuan Fungsional Neck



Gambar Karakteristik Gangguan Kemampuan Fungsional Neck

Berdasarkan karakteristik gambar data diatas didapatkan hasil paling banyak dengan interpretasi ringan sebanyak 24 pegawai dengan presentasi sebanyak 65% sedangkan paling sedikit dengan interpretasi sedang sebanyak 13 pegawai dengan persentase 35%.

Pembahasan

Karakteristik Responden Yang Mengalami Neck Pain

Berdasarkan data distribusi responden yang mengalami neck pain, didapatkan hasil positif neck pain sebanyak 37 pegawai dengan persentase 94,5% dan negatif neck pain sebanyak 2 pegawai dengan persentase 5,5%. Beberapa pekerjaan seperti, pegawai kantor dalam beberapa penelitian telah ditemukan memiliki angka *insidensi* kejadian *neck pain* (Cohen, 2015). Dalam hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Genebra, (2017), beberapa pekerjaan pegawai aktivitasnya menggunakan gerakan secara berulang dan keadaan statis dalam jangka waktu yang lama sehingga dapat mengakibatkan gangguan muskuloskeletal karena terjadi peregangan dan ketegangan otot pada daerah *neck*, salah satunya bekerja di depan komputer untuk waktu yang lama sehingga dapat mengakibatkan pegawai terkena *neck pain*. *Neck pain* berkaitan dengan postur, pola tidur, posisi kerja, stres, kelelahan otot *kronis*, adaptasi dari nyeri *primer* atau perubahan *degeneratif* dari *discus cervicalis* (Sari & Djawas, 2021).

Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Pekerjaan Pegawai

Berdasarkan karakteristik responden berdasarkan durasi pekerjaan pegawai, didapatkan hasil durasi pegawai terbanyak adalah 8 jam sebanyak 38 pegawai dengan persentase 97% dan durasi >7 jam sebanyak 1 orang dengan persentase 3%. Salah satu keluhan MSDs yang paling sering muncul pada pegawai adalah nyeri otot bagian *neck*. Pegawai adalah individu yang bekerja untuk melakukan suatu pekerjaan dengan jabatan atau kegiatan sesuai dengan bidangnya untuk memperoleh imbalan berdasarkan periode tertentu sesuai dengan kesepakatan (Subekti, 2022). Dalam hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Azizah (2017), bahwa durasi kerja adalah waktu yang sudah ditentukan untuk melakukan suatu kegiatan atau pekerjaan yang dapat dilakukan siang dan malam hari dengan melibatkan tenaga dalam tubuh dalam waktu tertentu.

Beberapa pekerjaan yang dapat meningkatkan risiko nyeri leher adalah pekerjaan yang dilakukan dalam posisi yang salah yang mengakibatkan leher tidak dalam posisi anatomis dalam waktu lama yang akan menimbulkan gangguan-gangguan muskuloskeletal (Samara, 2017).

Karakteristik Responden Berdasarkan Lama Kerja Pegawai

Berdasarkan tabel karakteristik responden berdasarkan lama kerja pegawai, didapatkan hasil lama kerja pegawai terbanyak adalah < 5 tahun sebanyak 18 pegawai dengan persentase 46 %, lama kerja pegawai > 5 tahun sebanyak 17 pegawai dengan persentase 44%, lama kerja pegawai 5 tahun sebanyak 2 pegawai dengan presentasi 5% dan lama kerja pegawai < 1 tahun sebanyak 2 pegawai dengan persentase 5%. Menurut Aldy Hardikriawan (Supriyatna, 2020) lama kerja dapat diartikan sebagai jumlah waktu seorang pegawai untuk bekerja pada sebuah perusahaan atau instansi. Lama kerja merupakan akumulasi aktivitas kerja seseorang yang dilakukan dalam jangka waktu yang panjang. Apabila aktivitas tersebut dilakukan terus-menerus akan mengakibatkan gangguan pada tubuh. Tekanan fisik pada suatu kurun waktu tertentu mengakibatkan berkurangnya kinerja otot, dengan gejala makin rendahnya gerakan. Tekanan-tekanan akan terakumulasi setiap harinya pada suatu masa yang panjang, sehingga mengakibatkan memburuknya kesehatan yang disebut juga kelelahan klinis atau kronik (Koesyanto, 2013).

Hal ini bersesuaian dengan penelitian yang dilakukan oleh, Dinar (2018), semakin lama masa kerja seseorang maka makin lama pula keterpaparan terhadap waktu dan jenis pekerjaan yang dilakukan oleh pekerja, sehingga akan menimbulkan berbagai keluhan-keluhan fisik akibat pekerjaannya. Masa kerja >5 tahun memiliki resiko mengalami nyeri leher lebih tinggi 4.444 kali lebih tinggi dibandingkan masa kerja <5 tahun.

Karakteristik Responden Berdasarkan Gangguan Kemampuan Fungsional Neck Pada Pegawai Polanka Yang Mengalami Neck Pain

Berdasarkan karakteristik data didapatkan hasil paling banyak dengan interpretasi ringan sebanyak 24 pegawai dengan presentasi sebanyak 65% sedangkan paling sedikit dengan interpretasi sedang sebanyak 13 pegawai dengan persentase 35%. Di Indonesia, setiap tahunnya sekitar 16,6% populasi mengalami masalah pada leher yakni nyeri leher yang kemudian menjadi nyeri leher yang berat (Prayoga, 2014). *Neck pain* merupakan suatu kondisi kesehatan yang memiliki angka kejadian yang tinggi populasi umum dan menyebabkan ketidakmampuan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Walaupun tidak mengancam nyawa, nyeri leher dapat memberikan efek negatif pada saat bekerja dan kualitas hidup seseorang (Yoa *et al.*, 2015). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Motimath & Ahammed (2017), *neck pain* merupakan

keluhan yang sering dirasakan oleh pegawai. Keluhan tersebut muncul karena harus melakukan pekerjaan dengan menggunakan laptop secara terus menerus dan dipicu oleh posisi yang tidak ergonomis, *neck* statis dalam waktu lama atau oleh gerakan maupun tekanan pada otot *neck*. Nyeri leher dapat memberikan rasa tidak nyaman yang dapat menghambat aktivitas sehari-hari. Dampak negatifnya tidak hanya timbulnya nyeri pada leher, tetapi dapat menimbulkan nyeri pada bagian tubuh lainnya, seperti jari-jari tangan, punggung, mata, hingga sakit kepala.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil dan pembahasan yang telah dijelaskan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden berdasarkan yang mengalami *neck pain* didapatkan hasil 37 pegawai dengan persentase 94,5%.
2. Karakteristik responden berdasarkan durasi pekerjaan pegawai didapatkan hasil lebih banyak durasi 8 jam sebanyak 38 pegawai dengan persentase 97%.
3. Karakteristik responden berdasarkan lama kerja pegawai di dapatkan hasil lebih banyak lama kerja < 5 tahun sebanyak 18 pegawai dengan persentase 46%.
4. Karakteristik responden yang gangguan kemampuan fungsional *neck* dengan intensitas ringan pada pegawai polanka yang mengalami *neck pain* didapatkan hasil paling banyak 24 pegawai dengan presentasi sebanyak 65%.

DAFTAR PUSTAKA

1. Safitri, B. Widjasena, B. K. (2017) 'Analisis Penyebab Keluhan *Neck Pain* pada Pekerja di Pabrik Sepatu dan Sandal Kulit Kurnia di Kota Semarang', 5(July), pp. 234–240.
2. Ahmad dan Muslimah (2012). Memahami Teknik Pengolahan dan Analisa Data Kualitatif. *Proceedings of Palangka Raya International and National Conference on Islamic Studies (PINCIS)*, 1(1).
3. Amir A.M., (2022). *Hubungan Antara Posisi Kerja dan Intensitas Penggunaan Komputer Dengan Risiko Terjadinya Neck pain Pada Karyawan Rektorat Universitas Hasanuddin*. [Skripsi]. Tidak diterbitkan, Universitas Hasanuddin.
4. Arifin, S., & Yani, S. (2019). *Anatomi Otot Manusia*. Jakarta: Salemba Medika.
5. Azizah, N. (2017). Analisis Faktor Nyeri Otot Rangka (Muskuloskeletal Disorders) pada Tenaga Kerja Bagian Penenunan di Industri Tenun Lurik Kurnia, Sewon, Bantul. KTI Jurusan Kesehatan Lingkungan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
6. Baharudin Mochamad. (2017). *Patologi Nyeri (Pain)*. Saintika Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang.
7. Berkanis, A. T., Nubatonis, D., & Lastari, A. A. I. F. (2020). Pengaruh Mobilisasi Dini terhadap Intensitas Nyeri pada Pasien Post Operasi di RSUD Sk Lerik Kupang Tahun 2018. *CHMK Applied Scientific Journal*, 3 (1), 7.
8. Blanpied, P. R. et al. (2017) 'Clinical practice guidelines linked to the international classification of functioning, disability and health from the orthopaedic section of the American physical therapy association', *Journal of Orthopaedic and Sports Physical Therapy*, 47(7), pp. A1–A83. doi: 10.2519/jospt.2017.0302.
9. Bogduk N., (2012). *Clinical and Radiological Anatomy of the Lumbar Spine*. 5th Ed. Churchill Livingstone: Elsevier.

10. Bridwell K., (2019). *Anatomy Vertebra Cervical, Ligament*. Rodts M (Ed). *Spineuniverse, Washington, St. Louis, MO*.
11. Carsel, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Pendidikan*. Yogyakarta: Penebar Media Pustaka.
12. Cohen, S. P. (2015). Epidemiology, Diagnosis, and Treatment Of Neck Pain . *Mayo Clinic Proceedings*, 90 (2): 284-299.
13. Cohen, S. P. and Hooten, W. M. (2017) 'Advances in the diagnosis and management of neck pain', *BMJ (Online)*, 358, pp. 1–19. doi: 10.1136/bmj.j3221.
14. Dinar, v A., Susilowati, I.H., Azwar, A., Indriyani, K., dan Wirawan, M. (2018). Analysis of Ergonomic Risk Factors in Relation to Muskuloskeletal Disorder Symptoms in Office Workers. *International Conference of Occupational Health and Safety*, Vol. 1(1):16-29.
15. Djollong, A. F. (2014). Tehnik Pelaksanaan Penelitian Kuantitatif. *Istiqra: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 2(1).
16. Fairbanks CT, Couper C, Davies JB, O'Brien JP. The Oswestry Neck Pain Disability Questionnaire. *Physio Ther* 1980;66:271-273.
17. Ganong WF. (2018). Jaringan Peka Rangsang: Otot. Buku Ajar Fisiologi Kedokteran (Edisi Keduapuluhdua), Jakarta: EGC.
18. Genebra, C. V. D. S. et al. (2017) 'Prevalence and factors associated with neck pain: a population-based study', *Brazilian Journal of Physical Therapy*, 21(4), pp. 274–280. doi: 10.1016/j.bjpt.2017.05.005.
19. Huldani, D. (2013). Neck Pain (Nyeri Leher). *Referat*, 1-54.
20. Jusman, N. (2018) „Faktor-Faktor Resiko Eergonomi dengan Keluhan Subjektif Muskuloskeletal Disorders (MSDs) pada Operator Cutting Bar di unit Produksi PT Iron Wire Works Indonesia Tahun 2018”, *Advanced Optical Materials*,10(1),pp.
21. Kamper, S. J., Grootjans, S.J.M., Michaleff, Z.A., Maher, C.J., McAuley, J.H., Sterling, M., (2014). Measuring Pain Intensity in Patients with Neck Pain: Does It Matter Hw You Do It?. *World Institute of Pain*, pp. 1-9.
22. Kenwa, K. W., Putra, I. G., & Purwata, T. E. (2018). Hubungan Antara Penggunaan Telepon Pintar Dengan Kejadian *Neck pain* pada Individu Dewasa Muda. *Callosum Neurology Jurnal*, 1 (3): 78-81.
23. Koesyanto, H., (2013). Masa Kerja dan Sikap Kerja Duduk Terhadap Nyeri Punggung, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), pp. 9–14.
24. Kudsi, A. F. (2015) 'Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Nyeri Leher pada Operator Komputer', *Journal of Agromed Unila*, 2(3), pp. 257–262.
25. Kumail, M. et al. (2019) „Prevalence and Intensity of Neck Pain in Sewing Machine Operators Highlights : Key words : Abstract : Introduction : Objective : Methodology : Results : Conclusions : It was concluded that prevalence of neck pain”, 01(May), pp. 16–19.
26. Lestari, B. (2015). “Faktor-faktor yang Mempengaruhi terjadinya Nyeri Leher pada Pengguna Laptop” (skripsi). Surakarta: Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
27. Masturoh Imas & Nauri. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: 307.
28. Motimath MPT, B. et al. (2017) 'Immediate effect of instrument assisted soft tissue mobilization (lastm) With M2T blade technique in trapezitis: An experimental study', 3(5), pp. 527–529.
29. Motimath, B., & Ahammed, N. (2017). Comparative study on effectiveness of trigger point release versus cervical mobilization in chess players with mechanical neck pain. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*, 4(3), 207– 211. www.kheljournal.com
30. Muscolino, J. E., (2017). *Kinesiology: The Skeletal System and Muscle Function*. Third Edition. New York: Elsavier Inc.
31. Nadhifah Naurah, Irianto, A. B. A. (2019) 'Analysis Risk Factors for *Neck Pain* Complaints in Production Workers at PT Maruki International Indonesia', pp. 7–13

32. Newman, Dorland WA. (2017). Kamus Kedokteran Dorland edisi 31. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC. p. 702, 1003.
33. Nugraha, M. H., Antari, N. K., & Saraswati, N. L. (2020). Perbandingan Efektivitas Proprioceptive Neuromuscular Facilitation Terhadap Muscle Energy Technique Pada Mechanical Neck Pain: A Randomized Controlled Trial. *Jurnal Vokasi Indonesia*, 8 (1): 40-48.
34. Nurdin, Ismail dan Sri Hartati.(2019). *Metodologi Penelitian Sosial*. Surabaya: Media Sahabat Cendekia
35. Peng, B., Yang, L., & Liu, T. (2021). Cervical Proprioception Impairment in Neck Pain-Pathophysiology, Clinical Evaluation, and Management: A Narrative Review. *Pain Ther*, 10: 143-164.
36. Prayoga, R. C. (2014). Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Cervical Syndrome E.C Spondylosis C3-6 Di RSUD Dr.Moewardi.
37. Putra, I. M., Nugraha, M. S., Tianing, N. W., & Primayanti, I. I. (2020). Uji Validitas Dan Reliabilitas Adaptasi Lintas Budaya Kuesioner Neck Disability Index Versi Indonesia Pada Mechanical Neck Pain. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 6 (3): 34-39.
38. Samara, D. (2017). Nyeri Muskuloskeletal pada Leher Pekerja dengan Posisi yang Statis. Jakarta. Universa Medicina.
39. Santri Relinda., (2020). *Hubungan Lama Kerja dan Usia Terhadap Kemampuan Fungsional Leher Pada Pembatik*. [Skripsi]. Tidak diterbitkan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
40. Sari, K. I., & Djawas, F. A. (2021). Efektifitas Ultrasound dan Terapi Latihan dalam Meningkatkan Kemampuan Fungsional pada Kasus Nyeri Leher di RSUPN Dr. Ciptomangunkusumo. *Jurnal Fisisoterapi Terapan Indonesia*, 1 (1): 17.
41. Situmorang C. K, Baju Widjasena., & Ida Wahyuni. (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
42. Subekti W., (2022). Pengertian Pegawai, *Wibowo Pajak*. Available from: <https://www.wibowopajak.com/2012/02/pengertian-pegawai.html?m=1>
43. Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
44. Supriyatna, Y. (2020). Tingkat Pendidikan Dan Masa Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Pt Prima Makmur Rotokemindo. 3(2017), 54–67. <http://repositorio.unan.edu.ni/2986/1/5624.pdf>
45. Syafira, W., and Murtani, A. (2021). Analisis Strategi Promosi, Kualitas Pelayanan Dan Kenyamanan Biro Perjalanan Umrah (Studi Kasus Pada Perseroan Terbatas Gadika Expressindo Medan). *Jurnal al-qasd islamic economic alternative*, 2(1), 224.
46. Tortora G.J. and Amirano R.J. 2012. Laboratory Exercises in Anatomy and Physiology with Cat Dissection. California : Thomson Brooks/Cole
47. Trisnowiyanto, B. (2017). Teknik Penguluran Otot-Otot Neck Untuk Meningkatkan Fungsional Neck Pada Penderita Nyeri Tengok Non- Spesifik. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 1 (1): 6-11.
48. *Undang-Undang Republik Indonesia Nomer 21 Tahun 2020 Tentang Ketenagakerjaan*. (2020). Kemenker. Jakarta

49. Wahyuningsih, K. M., Sugijanto, & Anggita, M. Y. (2017). Efektivitas Penambahan Manual Longitudinal Muscle Stretching pada Cervical Stabilization Exercise Terhadap Disabilitas & Neck pain pada Kasus Myalgia Cervicalis. *Jurnal Fisioterapi*, 17 (1): 45-54.
50. Wahyuningsih, N. W. (2017). *Efektivitas Mulligan Mobilization Dan Infrared Dengan Myofascial Release Technique Dan Infrared Terhadap Peningkatan Lingkup Gerak Sendi Neck pain Non Spesifik Pada Penjahit Di Kecamatan Kuta*. [Skripsi]. Tidak Diterbitkan Universitas Udayana.
51. Yao, M., Sun, Y., Cao, Z., Dun, R., Yang, L., Zhang, B *et al.*, (2015). A Systematic Review of Cross-Cultural Adaptation of the Neck Disability Index. *Spine*, 40(7), pp. 80-90.

52. Yunus, M, A,. (2015). Neck Pain Pada Mahasiswa PSPD UIN Syarif Hidayatullah. Retrieved from <http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/37843/1>.
53. Yunus, M. A. (2015). *Hubungan Antara Beban Tas Punggung Dengan Non Spesific Neck pain Pada Mahasiswa PSPD UIN Syarif Hidayatullah Jakarta*. [Skripsi]. Tidak diterbitkan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
54. Yusnawati, Y., Nadia, Y. and Syahputra, I. (2018) „Penentuan Lama Waktu Istirahat Pekerja Berdasarkan Beban Kerja Fisik pada PT. Perkebunan Nusantara 1 PKS Pulau Tiga”, *Jurnal Optimalisasi*, 2(3), pp. 1–5. doi: 10.35308/jopt.v2i3.210.