

PENGARUH *WORK FROM HOME* TERHADAP *MUSCULOSKELETAL DISORDER*

SKRIPSI

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



OLEH:

**I Putu Oktayana
NPM: 18700010**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA
SURABAYA
2021**

**HALAMAN PERSETUJUAN
PROPOSAL SKRIPSI**

**PENGARUH *WORK FROM HOME* TERHADAP PERUBAHAN
MUSCULOSKELETAL DISORDER**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh:

**I Putu Oktayana
NPM : 18700010**

Menyetujui untuk diuji

Pada tanggal : Jumat, 3 Desember 2021

Pembimbing



**dr. Ayu Cahyani Noviana, MKKK
NIK. 11555-ET**

Penguji



**dr. Ayly Soekanto, M.Kes
NIK. 02370-ET**

HALAMAN PENGESAHAN
PROPOSAL SKRIPSI

PENGARUH *WORK FROM HOME* TERHADAP PERUBAHAN KONDISI FISIOLOGIS

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**

Oleh:

**I Putu Oktayana
NPM : 18700010**

Menyetujui untuk diuji

Pada tanggal : Jumat, 3 Desember 2021

Pembimbing



dr. Ayu Cahyani Noviana, MKKK
NIK. 11555-ET

Penguji



dr. Aylv Soekanto, M.Kes
NIK. 02370-ET

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berbagai kemudahan peneliti untuk menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul Pengaruh *Work From Home* Terhadap *Musculoskeletal Disorder*. Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Kedokteran, di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.

Dalam penyusunan Proposal ini penulis mendapat bantuan dari berbagai pihak, Tidak lupa penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada berbagai pihak yang membantu terwujudnya laporan ini di antaranya :

1. Ida Sang Hyang Widhi Wasa yang telah memberikan petunjuk dan kesempatan untuk menyelesaikan Tugas Akhir ini hingga selesai.
2. Prof. Dr. Sri Harmadji, dr., Sp.THT - KL (K), selaku Rektor Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
3. Prof. Dr. Suhartati, dr., MS. selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
4. dr. Ayu Cahyani Noviana, MKKK selaku Pembimbing yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bimbingan, arahan, dorongan, serta nasihat kepada penulis demi kelancaran dalam menyelesaikan Proposal Tugas Akhir ini.
5. dr. Ayly Soekanto M.Kes selaku Penguji Proposal Tugas Akhir ini.
6. dr. I Made Laya dan Ni Wayan Suastining selaku kedua orang tua saya, I Kadek Oka Asmara Jaya selaku adik saya serta Kakak Sepupu saya Ni Putu Wisma Ekawati yang selalu memberikan dukungan doa dan perhatian kepada saya.

7. Kepada semua teman dan sahabat saya yang telah mendukung dan membantu saya selama pengerjaan tugas akhir serta bersedia mendengarkan keluh kesah saya selama ini.
8. Semua pihak yang tidak mungkin disebutkan satu per satu yang telah membantu dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini.

Peneliti menyadari bahwa penulisan Tugas Akhir ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu peneliti mengharapkan segala masukan demi sempurnanya tulisan ini sehingga dapat diterima

Denpasar, 19 Juni 2021

Peneliti

HALAMAN PERSETUJUAN PROPOSAL SKRIPSIii

HALAMAN PENGESAHAN PROPOSAL SKRIPSI.....3

DAFTAR ISI6

DAFTAR GAMBAR.....8

DAFTAR TABEL.....9

BAB I PENDAHULUAN..... Error! Bookmark not defined.

A. Latar Belakang..... Error! Bookmark not defined.

B. Rumusan Masalah..... Error! Bookmark not defined.

C. Tujuan Penelitian Error! Bookmark not defined.

D. Manfaat Penelitian..... Error! Bookmark not defined.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... Error! Bookmark not defined.

A. Covid-19 Error! Bookmark not defined.

 1. Definisi Covid-19**Error! Bookmark not defined.**

B. Work From Home Error! Bookmark not defined.

 1. Definisi Work From Home**Error! Bookmark not defined.**

 2. Sejarah Work From Home**Error! Bookmark not defined.**

 3. Keuntungan Work From Home**Error! Bookmark not defined.**

 4. Kerugian Work From Home**Error! Bookmark not defined.**

C. Muskuloskeletal Disorder Error! Bookmark not defined.

BAB III METODE PENELITIAN Error! Bookmark not defined.

A. Desain Penelitian Error! Bookmark not defined.

B. Variabel Penelitian Error! Bookmark not defined.

C. Kerangka Pendekatan Masalah Error! Bookmark not defined.

 Error! Bookmark not defined.

D. Database Pencarian..... Error! Bookmark not defined.

E. Kata Kunci Error! Bookmark not defined.

F. Kriteria Inklusi dan Eksklusi Error! Bookmark not defined.

G. Tahapan *Systematic Literature Review (SLR)*..... Error! Bookmark not defined.

 1. Identifikasi masalah.....**Error! Bookmark not defined.**

 2. Pencarian data**Error! Bookmark not defined.**

 3. Screening**Error! Bookmark not defined.**

 4. Penelitian kualitas**Error! Bookmark not defined.**

H. Analisis Data..... Error! Bookmark not defined.

BAB IV HASIL STUDI LITERATUR DAN PEMBAHASANError! Bookmark not defined.

A. Hasil Systematic Review Error! Bookmark not defined.

B. Jumlah Sampel Keseluruhan Error! Bookmark not defined.

C. Pembahasan..... Error! Bookmark not defined.

BAB V PENUTUP Error! Bookmark not defined.

A. Kesimpulan Error! Bookmark not defined.

B. Saran Error! Bookmark not defined.

REFERENCES..... Error! Bookmark not defined.

DAFTAR GAMBAR

Gambar III.1 Diagram Pendekatan Masalah	17
Gambar III 2. Tahapan <i>Literature Review</i>	20

DAFTAR TABEL

Tabel III.1 : Kata Kunci dalam Pencarian Sumber Literatur.....	18
Tabel III.2 : Kriteria Inklusi dan Eksklusi dalam Pencarian Literatur.....	19
Tabel IV.1 : Hasil Pencarian Literatur.....	20
Tabel IV.2 : Sampel Artikel.....	26
Tabel IV.3 : Menurut Usia.....	26

Abstrak

Muskuloskeletal disorders (MSDs) adalah gangguan maupun kerusakan pada bagian sendi, ligamen, otot maupun sistem skeletal lainnya akibat posisi tubuh yang tidak alamiah atau janggal terutama jika dilakukan pada durasi yang lama. Faktor risikonya terkait usia, intensitas aktivitas fisik, dan ergonomi yang kurang baik. Ketiga hal tersebut banyak terjadi selama menjalani *work from home*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *work from home* terhadap MSDs. Penelitian ini menggunakan metode Literature Review. Semua data yang digunakan pada penelitian ini bukan berdasarkan dari pengamatan langsung, tetapi diperoleh dari hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data berupa jurnal yang diperoleh melalui pencarian Science direct, dan Google Scholar mengacu pada topik yang telah ditentukan. Jurnal artikel yang digunakan, diseleksi dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Selama menjalani *work from home* ditemukan peningkatan keluhan musculoskeletal disorder yang dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti Usia, *Physical Activity*, dan kondisi ergonomi selama menjalani karantina atau *work from home*.

Kata Kunci: *work from home*, *Muskuloskeletal disorders*, MSDs, Ergonomi, Physical activity, Usia

Abstract

Musculoskeletal disorders (MSDs) are disorders or damage to joints, ligaments, muscles and other skeletal systems due to unnatural or awkward body positions, especially if carried out for a long duration. The risk factors are related to age, intensity of physical activity, and poor ergonomics. These three things happen a lot while working from home. The purpose of this study was to determine the effect of work from home on MSDs. This study uses the Literature Review method. All data used in this study are not based on direct observation, but are obtained from the results of research that has been carried out by previous researchers. The data source is in the form of journals obtained through a Science direct search, and Google Scholar refers to a predetermined topic. The journal articles used were selected with inclusion and exclusion criteria. During working from home, it was found an increase in complaints of musculoskeletal disorders which were influenced by several factors such as age, physical activity, and ergonomic conditions during quarantine or work from home.

Keywords: work from home, Musculoskeletal disorders, MSDs, Ergonomic, Physical activity, Age