

## Gambaran Keluhan Ketidaknyamanan Muskuloskeletal pada Mahasiswa Rumpun Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia 2018 selama Pembelajaran Jarak Jauh = The description of Musculoskeletal Discomfort in Health Science Student University of Indonesia 2018 during Distance Learning.

Aji Purnomo, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20521814&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Keluhan ketidaknyamanan muncul pada pelaksanaan Pembelajaran jarak jauh diterapkan selama pandemi Covid-19. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keluhan ketidaknyamanan muskuloskeletal pada mahasiswa Rumpun Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia tahun 2018 yang memiliki pengetahuan sebelumnya mengenai mekanika tubuh. Penelitian menggunakan desain cross-sectional, deskriptif kuantitatif, cluster random sampling, pada sebanyak 298 mahasiswa. Instrumen yang digunakan adalah Cornell Musculoskeletal Discomfort Questionnaire (CMDQ). Hasil penelitian menunjukkan beberapa responden mengalami keluhan muskuloskeletal pada punggung bawah (25.3%), pinggul (18.7%), dan leher (18.1%). Keluhan paling banyak dirasakan oleh responden perempuan dan yang memiliki indeks massa tubuh normal. Responden yang memiliki kebiasaan olahraga (65.8%), didominasi oleh olahraga aerobik (37.9%), frekuensi satu kali seminggu (48.5%), dan durasi 30-60 menit (89.8%) memiliki perilaku tubuh yang baik saat penggunaan laptop (57.7%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden mengalami keluhan muskuloskeletal. Rekomendasi dari penelitian ini, yaitu perlunya penerapan perilaku ergonomis saat penggunaan laptop selama pembelajaran jarak jauh dan pengaturan jadwal olahraga. ....The musculoskeletal complaints emerge during the distance learning implementation in Covid-19 era. This study describes musculoskeletal discomfort complaints in students of the University of Indonesia Health Sciences 2018 who have prior knowledge about body mechanics. The study is a cross-sectional design and quantitative descriptive on 298 students. The instrument used in this research is Cornell Musculoskeletal Discomfort Questionnaire (CMDQ). The results illustrate several respondents experienced musculoskeletal complaints and most of them occurred in the lower back (25.3%), hips (18.7%), and neck (18.1%). Complaints are also mostly felt by women and normal body mass index respondents. Additionally, respondents who exercise regularly (65.8%), is dominated by aerobic exercise (37.9%), 1x frequency (48.5%), 30-60 minutes exercise duration (89.8%); have a good body behavior when using laptop (57.7%). In conclusion, most respondents experience musculoskeletal complaints. Recommendations from this study are the need to apply ergonomic behavior when using laptop and schedule regular exercise.