

ABSTRAK

Gangguan muskuloskeletal adalah penyakit yang menimbulkan rasa nyeri berkepanjangan. Para tenaga kesehatan gigi memiliki risiko muskuloskeletal yang nyata karena postur yang kurang nyaman saat bekerja. Hal ini dimungkinkan karena kerja tenaga kesehatan gigi mengharuskan melakukan gerakan, seperti posisi tidak tepat dalam melakukan suatu perawatan, penempatan peralatan kurang tepat sehingga mengharuskan memutar badan tanpa diikuti perputaran sumbu tubuh.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui cara mendeteksi gangguan muskuloskeletal pada tenaga kesehatan gigi. Metodologi penelitian yang digunakan adalah dengan mempelajari dan membaca literatur yang memiliki hubungan dengan permasalahan yang menjadi obyek penelitian.

Hasil penelusuran dari studi literatur menunjukkan bahwa untuk mendeteksi keluhan gangguan muskuloskeletal, lebih disarankan untuk menggunakan metode *Nordic Body Map* (NBM) karena paling sering digunakan dan sudah terstandarisasi, tersusun rapi. Metode ini menggunakan lembar kerja berupa peta tubuh sangat sederhana, mudah dipahami, murah, dan memerlukan waktu singkat (± 5 menit) per individu. Sedangkan untuk mengukur faktor risiko gangguan muskuloskeletal dari tenaga kesehatan gigi, disarankan untuk menggunakan metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) yang digunakan secara cepat dan menilai risiko secara keseluruhan tubuh. Validitas dan reliabilitas metode REBA sudah teruji sehingga hasil penelitian dapat diterima secara ilmiah.

Para tenaga kesehatan gigi dianjurkan melakukan deteksi gangguan muskuloskeletal sedini mungkin sehingga dapat dilakukan upaya pencegahan mengantisipasi faktor risiko penyebab gangguan muskuloskeletal, yaitu menggunakan peralatan ergonomis, latihan relaksasi otot, dan adanya jeda waktu antara satu pasien dengan pasien berikutnya.

Kata Kunci: gangguan muskuloskeletal, *Nordic Body Map* (NBM), *Rapid Entire Body Assessment* (REBA)

ABSTRACT

Musculoskeletal disorders are diseases that cause prolonged pain. Dental professionals have a marked musculoskeletal risk due to awkward postures on the job. This is possible because the work of dental hygienists requires movement, such as improper position in carrying out a treatment, improper placement of equipment so that it requires rotating the body without being followed by rotation of the body axis.

The purpose of this study was to determine how to detect musculoskeletal disorders in dental health workers. The research methodology used is to study and read literature that has a correlation with the matter being the object of research.

Tracing results from literature studies show that to detect complaints of musculoskeletal disorders, it is preferable to use the Nordic Body Map (NBM) method because it is most often used and has been standardized, neatly arranged. This method uses a worksheet in the form of a body map that is very simple, easy to understand, inexpensive, and requires a short time (± 5 minutes) per individual. Meanwhile, to measure the risk factors for musculoskeletal disorders from dental health professionals, it is recommended to use the Rapid Entire Body Assessment (REBA) method which is used quickly and assesses the risk of the whole body. The validity and rehabilitation of the REBA method have been tested so that the research results can be accepted scientifically.

Dental hygienists are encouraged to detect musculoskeletal disorders as early as possible so that prevention efforts can be made to anticipate risk factors for musculoskeletal disorders, namely using ergonomic equipment, muscle relaxation exercises, and the time lag between one patient and the next patient.

Keywords: *musculoskeletal disorders, Nordic Body Map (NBM), Rapid Entire Body Assessment (REBA)*

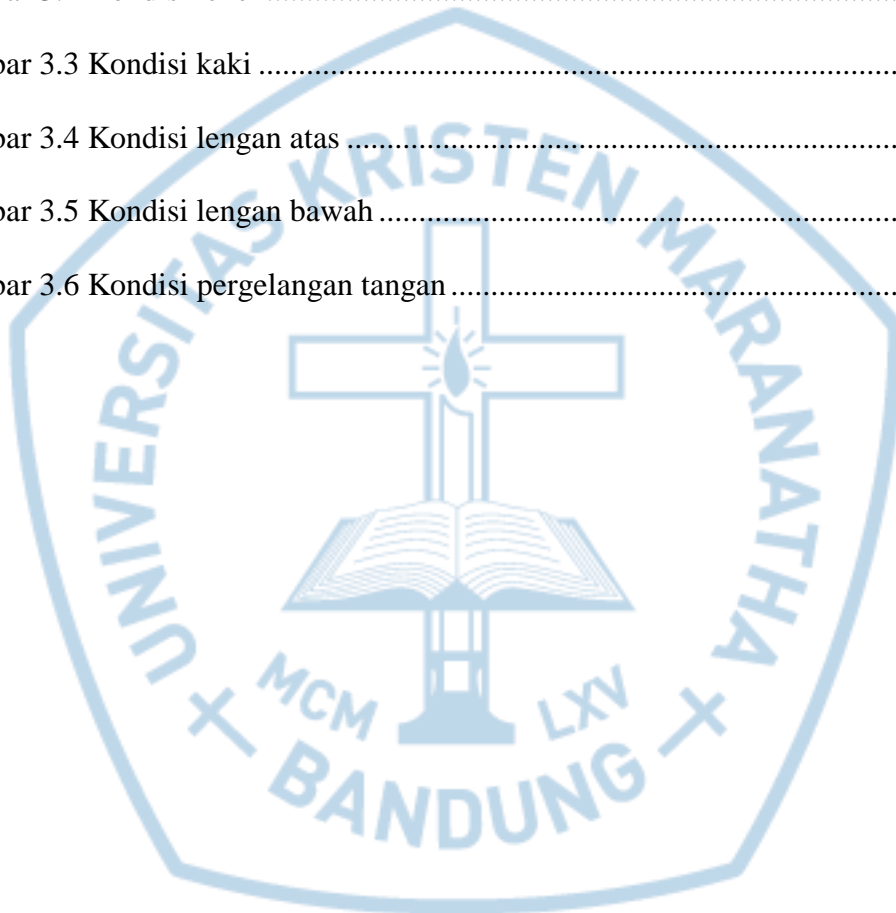
DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
PRAKATA	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah	5
1.4.1 Aspek Akademis	5
1.4.2 Aspek Praktis	6
1.5 Metodologi Penelitian	6
1.6 Lokasi dan Waktu Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Gangguan Muskuloskeletal	7
2.2 Faktor Risiko Gangguan Muskuloskeletal	8

2.2.1 Faktor Biomekanik	8
2.2.2 Faktor Individu	9
2.2.3 Faktor psikososial	11
2.3 Gejala Gangguan Muskuloskeletal	12
2.4 Deteksi Gangguan Muskuloskeletal.....	13
2.4.1 <i>Nordic Body Map</i> (NBM).....	13
2.4.2 <i>Dutch Musculoskeletal Questionnaire</i> (DMQ).....	15
2.4.3 <i>Rappid Upper Limb Assessment</i> (RULA).....	16
2.4.4 <i>Rappid Entire Body Assessment</i> (REBA).....	17
2.4.5 <i>Cornell Musculoskeletal Disorders Questionnaire</i> (CMDQ).....	19
2.5 Pencegahan Gangguan Muskuloskeletal.....	20
BAB III PEMBAHASAN	21
BAB IV SIMPULAN DAN SARAN	29
DAFTAR PUSTAKA	36
LAMPIRAN	43
RIWAYAT HIDUP	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.4.1 <i>Nordic Body Map</i>	15
Gambar 2.4.2 Lembar penilaian <i>Rapid Entire Body Assessment</i>	18
Gambar 3.1 Kondisi badan.....	26
Gambar 3.2 Kondisi leher	27
Gambar 3.3 Kondisi kaki	27
Gambar 3.4 Kondisi lengan atas	28
Gambar 3.5 Kondisi lengan bawah	29
Gambar 3.6 Kondisi pergelangan tangan.....	29



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Tabel RULA action level	17
Tabel 2.2 Tabel REBA action level	18
Tabel 3.1 Alat ukur faktor risiko.....	23
Tabel 3.2 Skor bagian badan (<i>Trunk</i>).....	27
Tabel 3.3 Skor bagian leher (<i>Neck</i>).....	27
Tabel 3.4 Skor bagian kaki.....	28
Tabel 3.5 Skor bagian lengan atas (<i>Upper arm</i>)	28
Tabel 3.6 Skor bagian lengan bawah (<i>Lower arm</i>).....	29
Tabel 3.7 Skor bagian pergelangan tangan (<i>Hand wrist</i>).....	29

