

SKRIPSI

HUBUNGAN POSTUR KERJA DAN DURASI KERJA DENGAN KELUHAN *MUSCULOSKELETAL DISORDERS* PADA IBU RUMAH TANGGA PEKERJA TAS ANYAMAN DI DESA BINTOYO KECAMATAN PADAS KABUPATEN NGAWI



Oleh :

YUNI PUSPITA SARI

NIM : 202203040

**PEMINATAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
TAHUN 2026**

SKRIPSI

**HUBUNGAN POSTUR KERJA DAN DURASI KERJA
DENGAN KELUHAN *MUSCULOSKELETAL DISORDERS*
PADA IBU RUMAH TANGGA PEKERJA TAS ANYAMAN DI
DESA BINTOYO KECAMATAN PADAS KABUPATEN NGAWI**

Diajukan untuk memenuhi
Salah satu persyaratan dalam mencapai gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M)



Oleh :
YUNI PUSPITA SARI
NIM : 202203040

**PEMINATAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN
TAHUN 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing dan telah dinyatakan layak mengikuti Ujian Skripsi

SKRIPSI

**HUBUNGAN POSTUR KERJA DAN DURASI KERJA
DENGAN KELUHAN *MUSCULOSKELETAL DISORDERS*
PADA IBU RUMAH TANGGA PEKERJA TAS ANYAMAN DI
DESA BINTOYO KECAMATAN PADAS KABUPATEN NGAWI**

Menyetujui
Pembimbing 1

Menyetujui
Pembimbing 2

Pipid Ari Wibowo, S.KM., M.KKK
NUPTK. 6333765666131063

Dr. H.Edy Bachrun S.KM., M.Kes
NUPTK. 1547733634130030

Mengetahui,
Ketua Program Studi Kesehatan Masyarakat

Pipid Ari Wibowo, S.KM., M.KKK
NUPTK. 6333765666131063

LEMBAR PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi dan dinyatakan telah memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M)

Pada Tanggal : 08 Agustus 2026

Dewan Penguji

1. Ketua Dewan : Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes
Penguji NUPTK. 7860759660230162
2. Penguji I : Pipid Ari Wibowo, S.KM., M.KKK
NUPTK. 6333765666131063
3. Penguji II : Dr. H.Edy Bachrun, S.KM., M.Kes
NUPTK. 1547733634130030

Mengesahkan,
STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun
Ketua,

Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes
NUPTK. 7860759660230162

LEMBAR PERSEMBAHAN

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan. Maka apabila engkau telah selesai (dari suatu urusan), tetaplah bekerja keras (untuk urusan yang lain).

Dan hanya kepada TUHAN mu lah engkau berharap”

(QS. Al-Insyiraah, 6-8)

“Hidup bukan saling mendahului, bermimpilah sendiri-sendiri, tak ada yang tahu kapan kau mencapai tujuan, dan percayalah bukan urusanmu untuk menjawab”

(Baskara Putra - Hindia)

“Jatuh hatilah pada perjalananmu, pada segala kesulitanmu, kegagalanmu dan kesedihanmu. Karena beberapa bunga terlihat lebih indah karena tumbuh diantara tebing tinggi curam dan menakutkan.”

(Penulis)

Diantara seluruh halaman dalam skripsi ini, lembar persembahan adalah halaman yang paling bermakna, karena disinilah penulis menitipkan rasa terimakasih yang tidak mampu terucap oleh kata-kata. Bismillahirrahmanirrahim, skripsi ini penulis persembahkan kepada:

1. Terkhusus, kepada Almarhum Bapak Sukarno, sosok yang paling saya rindukan. Terimakasih atas segala pengorbanan, kasih sayang, serta segala bentuk tanggung jawab atas kehidupan layak yang telah diberikan semasa bapak hidup. Terima kasih telah menjadi alasan terbesarku untuk tetap semangat berjuang meraih gelar sarjana yang bapak impikan. Walaupun berat sekali harus melewatkan kerasnya kehidupan tanpa didampingi sosok bapak, rasa iri dan rindu ini sering kali membuat terjatuh. Setiap baris skripsi ini adalah wujud bakti dan janji penulis untuk menyelesaikan apa yang telah kita mulai bersama. Semoga bapak disana bangga dengan usaha dan perjuanganku selama ini.
2. Kepada Ibu tercinta Hartini, terima kasih telah mengorbankan banyak waktu, tenaga dan upaya, selalu berjuang untuk kehidupan anak-anaknya, menggantikan peran bapak menjadi suatu kebanggaan memiliki orang tua hebat yang selalu mendukung anak-anaknya mencapai cita-cita. Saya percaya bahwa setiap langkah yang saya tempuh hari ini adalah bagian dari doa dan

harapan yang ibu panjatkan. Semoga ibu bangga dan senantiasa diberi kesehatan untuk tetap mendampingi anak-anaknya hingga sukses nanti.

3. Dosen pembimbing yaitu Bapak Pipid Ari Wibowo, S.KM., M.KK dan Bapak Dr. H.Edy Bachrun, S.KM., M.Kes, yang dengan penuh kesabaran membimbing serta mengarahkan penulis hingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
4. Untuk keluarga, sahabat, dan seluruh orang baik yang hadir dalam perjalanan saya, terima kasih telah menjadi alasan untuk terus bertahan di tengah segala kesulitan, kehilangan, dan keraguan..
5. Teruntuk Om Be, Tante Rini, Arvell dan keluarga besar Mbah Hardjo, terima kasih sudah menjadi rumah kedua bagi penulis dan sudah memberikan dukungan moral maupun materi untuk penulis.
6. Yuni Puspita Sari, ya! diri saya sendiri. Perempuan yang telah melewati begitu banyak rintangan, keraguan, dan perjuangan untuk sampai dititik ini. Apresiasi sebesar-besarnya yang telah berjuang untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Sulit bisa bertahan sampai dititik ini, terima kasih untuk tetap hidup dan merayakan dirimu sendiri, walaupun sering kali putus asa atas apa yang sedang diusahakan. Tetaplah jadi manusia yang mau berusaha dan tidak lelah untuk mencoba dan tetap menjadi manusia baik walaupun sering tidak terlihat.

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yuni Puspita Sari

NIM : 202203040

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan di dalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan dalam memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi dan Lembaga Pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan baik yang sudah maupun belum/tidak dipublikasikan, sumbernya dijelaskan dalam tulisan dan daftar Pustaka.

Madiun, 08 Agustus 2026

Yuni Puspita Sari
NIM. 202203040

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama : Yuni Puspita Sari
Jenis Kelamin : Perempuan
Tempat dan Tanggal Lahir : Ngawi, 04 Maret 2003
Agama : Islam
Alamat : Jl. Baladewa, RT 02/RW 02, Ds. Bintoyo,
Kec. Padas, Kab. Ngawi
Email : puspitayuni861@gmail.com
Riwayat Pendidikan : 2009-2015 : SD Negeri Bintoyo
2015-2018 : SMP Negeri 5 Ngawi
2018-2022 : MAN 1 Ngawi
2022-2026 : STIKES Bhakti Husada Mulia
Madiun

DAFTAR ISI

HALAMAN COVER.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iv
HALAMAN PERNYATAAN	vi
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
KATA PENGANTAR.....	xv
ABSTRAK	xviii
ABSTRACT.....	xix
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Bagi Universitas Bhakti Hasta Mulia Madiun.....	7
1.4.2 Bagi Mahasiswa.....	7
1.4.3 Bagi BUMDes.....	8
1.5 Keaslian Penelitian	9
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Postur Kerja.....	11
2.1.1 Definisi Postur Kerja	11
2.1.2 Jenis Postur Kerja	11
2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi Postur Kerja	13
2.1.4 Dampak Postur Kerja Yang Tidak Ergonomis	13
2.1.5 Penilaian Postur Kerja Dengan Metode REBA	14

2.2 Durasi Kerja	16
2.2.1 Definisi Durasi Kerja	16
2.2.2 Standar Durasi Kerja.....	16
2.2.3 Faktor Bertambahnya Durasi Kerja	17
2.3 <i>Musculoskeletal Disorders (MSDs)</i>	17
2.3.1 Definisi Musculoskeletal Disorders (MSDs).....	17
2.3.2 Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs)	17
2.3.3 Jenis-Jenis Musculoskeletal Disorders (MSDs)	18
2.3.4 Faktor Risiko Musculoskeletal Disorders (MSDs).....	20
2.3.5 Metode Pengukuran Keluhan MSDs	27
2.4 Profil Pekerja Tas Anyaman di Desa Bintoyo	29
2.4.1 Karakteristik Sosio-Demografis dan Ekonomi	29
2.4.2 Pola Ergonomi dan Lingkungan Kerja	30
2.4.3 Risiko Kesehatan pada Pekerja Tas Anyaman	31
2.5 Kerangka Teori	32
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN	34
3.1 Kerangka Konseptual	34
3.2 Hipotesis Penelitian.....	35
BAB 4	36
4.1 Desain Penelitian	36
4.2 Populasi dan Sampel	36
4.2.1 Populasi.....	36
4.2.2 Sampel	37
4.3 Teknik Sampling.....	39
4.4 Kerangka Kerja Penelitian.....	40
4.5 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Variabel.....	41
4.5.1 Identifikasi Variabel	41
4.5.2 Definisi Operasional	41
4.6 Instrumen Penelitian.....	44
4.7 Lokasi dan Waktu Penelitian	46
4.8 Prosedur Pengumpulan Data	46
4.8.1 Data Primer	46
4.8.2 Data Sekunder.....	47
4.9 Teknik Analisis Data.....	47
4.9.1 Pengolahan Data	47
4.9.2 Analisis Univariat	48
4.9.3 Analisis Bivariat.....	49

4.10 Etika Penelitian.....	50
BAB 5 HASIL DAN PEMBAHASAN.....	51
5.1 Gambaran Umum	51
5.2 Karakteristik Responden	53
5.2.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan.....	53
5.3 Hasil Penelitian.....	54
5.3.1 Analisis Univariat	54
5.3.2 Analisis Bivariat.....	56
5.4 Pembahasan	58
5.4.1 Postur Kerja Pada Ibu Rumah Tangga Pekerja Tas Anyaman di Desa Bintoyo, Kecamatan Padas, Kabupaten Ngawi.....	58
5.4.2 Durasi Kerja Pada Ibu Rumah Tangga Pekerja Tas Anyaman di Desa Bintoyo, Kecamatan Padas, Kabupaten Ngawi.....	60
5.4.3 Keluhan <i>Musculoskeletal Disorders</i> (MSDs) Pada Ibu Rumah Tangga Pekerja Tas Anyaman di Desa Bintoyo, Kecamatan Padas, Kabupaten Ngawi	62
5.4.4 Hubungan Postur Kerja Dengan Keluhan <i>Musculoskeletal Disorders</i> (MSDs) Pada Ibu Rumah Tangga Pekerja Tas Anyaman di Desa Bintoyo, Kecamatan Padas, Kabupaten Ngawi	64
5.4.5 Hubungan Durasi Kerja Dengan Keluhan <i>Musculoskeletal Disorders</i> (MSDs) Pada Ibu Rumah Tangga Pekerja Tas Anyaman di Desa Bintoyo, Kecamatan Padas, Kabupaten Ngawi	66
5.5 Keterbatasan Penelitian	68
BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN	70
6.1 Kesimpulan.....	70
6.2 Saran.....	71
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN.....	78

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Skor dan Interpretasi REBA.....	15
Tabel 4.1 Definisi Operasional.....	42
Tabel 4.2 Waktu Pelaksanaan Penelitian.....	46
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan	53
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Postur Kerja	54
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Durasi Kerja.....	55
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Variabel Keluhanan MSDs.....	55
Tabel 5.5 Uji Normalitas Postur Kerja, Durasi Kerja, dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders	56
Tabel 5.6 Hubungan Postur Kerja dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders Pada Ibu Rumah Tangga Pekerja Tas Anyaman di Desa Bintoyo	57
Tabel 5.7 Hubungan Durasi Kerja dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders Pada Ibu Rumah Tangga Pekerja Tas Anyaman di Desa Bintoyo	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Lembar Observasi REBA.....	15
Gambar 2. 2 Nordic Body Map (NBM).....	28
Gambar 2. 3 Dokumentasi Pekerja Tas Anyaman.....	31
Gambar 2. 4 Kerangka Teori	32
Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual Penelitian	34
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Penelitian	40
Gambar 4. 2 Aplikasi Angulus	45
Gambar 5. 1 Peta Desa Bintoyo	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Instrumen Penelitian	79
Lampiran 2 Lembar Observasi REBA	81
Lampiran 3 Kartu Bimbingan	82
Lampiran 4 Lembar Cek Plagiasi.....	83
Lampiran 5 Recap Hasil Durasi Kerja	84
Lampiran 6 Recap Hasil Skor REBA	85
Lampiran 7 Recap Hasil NBM-	91
Lampiran 8 Hasil Tabulasi Silang	94
Lampiran 9 Etik Penelitian.....	96
Lampiran 10 Surat Izin Penelitian.....	97
Lampiran 11 Surat Balasan	98
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian.....	99

DAFTAR SINGKATAN

BUMDes	: <i>Badan Usaha Milik Desa</i>
ILO	: <i>International Labour Organization</i>
IMT	: <i>Indeks Massa Tubuh</i>
K3	: <i>Keselamatan dan Kesehatan Kerja</i>
MSDs	: <i>Musculoskeletal Disorders</i>
NBM	: <i>Nordic Body Map</i>
PAK	: <i>Penyakit Akibat Kerja</i>
REBA	: <i>Rapid Entire Body Assessment</i>
UMKM	: <i>Usaha Mikro Kecil dan Menengah</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyusun skripsi yang berjudul “Hubungan Postur Kerja dan Durasi Kerja dengan Keluhan *Musculoskeletal Disorders* Pada Ibu Rumah Tangga Pekerja Tas Anyaman di Desa Bintoyo Kecamatan Padas Kabupaten Ngawi”. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan tugas akhir Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat STIKES Bhakti Hasta Mulia Madiun.

Dalam proses penyusunan skripsi ini penulis menyadari bahwa tidak mungkin dapat terlaksana tanpa adanya bantuan, dukungan, bimbingan, dan arahan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Bapak Aris Rianto. S.H selaku Kepala Desa Bintoyo, Kecamatan Padas, Kabupaten Ngawi yang telah memberikan izin dan dukungan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian di desa tercinta ini
2. Ibu Dr. Retno Widiarini, S.KM., M.Kes selaku Ketua STIKES Bhakti Husada Mulia Madiun.
3. Bapak Pipid Ari Wibowo, S.KM., M. KKK selaku Ketua Prodi S1 Kesehatan Masyarakat sekaligus Dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan dan arahan secara penuh dalam penyusunan skripsi ini.

4. Bapak Dr. Edy Bachrun, S.KM., M.Kes. selaku Dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan secara penuh dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu dan keluarga tercinta yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa, dukungan moral maupun material, memberikan tawa di sela kelelahan, serta kesabaran yang luar biasa dalam mendampingi penulis hingga mencapai tahap ini.
6. Teristimewa untuk Almarhum Ayahanda tercinta, yang meskipun telah berpulang ke rahmatullah, semangat dan kerja kerasnya semasa hidup selalu menjadi kompas bagi penulis. Setiap baris skripsi ini adalah wujud bakti dan janji penulis untuk menyelesaikan apa yang telah kita mulai bersama.
7. Sahabat dan teman-teman yang selalu memberikan semangat, dukungan serta motivasi penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Kehadiran, bantuan dan kebersamaan kalian menjadi penyemangat bagi penulis untuk terus berusaha menyelesaikan penelitian ini.
8. Teman-teman angkatan 22 S1 Kesehatan Masyarakat yang telah menjadi tempat tumbuh bersama layaknya keluarga, sekaligus memberikan motivasi untuk terus berproses dalam menyelesaikan pendidikan
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam proses penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki berbagai kekurangan. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi perbaikan dan penyempurnaan di masa yang akan datang. Akhir kata, penulis berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan.

Madiun, 8 Agustus 2026

Yuni Puspita Sari
202203040

ABSTRAK

YUNI PUSPITA SARI

**HUBUNGAN POSTUR KERJA DAN DURASI KERJA DENGAN
KELUHAN *MUSCULOSKELETAL DISORDERS* PADA IBU RUMAH
TANGGA PEKERJA TAS ANYAMAN DI DESA BINTOYO, KECAMATAN
PADAS, KABUPATEN NGAWI**

Latar Belakang: Ibu rumah tangga pekerja tas anyaman di Desa Bintoyo rentan terhadap Musculoskeletal Disorders (MSDs) akibat posisi duduk statis, gerakan berulang, dan durasi kerja panjang. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan postur kerja dan durasi kerja dengan keluhan MSDs.

Metode: Penelitian kuantitatif analitik pendekatan cross-sectional ini melibatkan 47 responden yang dipilih secara purposive sampling dari populasi 90 pekerja. Pengukuran postur kerja menggunakan Rapid Entire Body Assessment (REBA) dengan aplikasi Angulus, durasi kerja dengan kuesioner, dan keluhan MSDs dengan Nordic Body Map (NBM). Uji analisis data menggunakan korelasi Spearman.

Hasil: Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa Mayoritas responden memiliki postur kerja risiko sedang (55,3%), durasi kerja lama ≥ 8 jam/hari (61,7%), dan keluhan MSDs kategori tinggi (55,3%). Analisis bivariat menunjukkan hubungan signifikan dan kuat antara postur kerja ($p = 0,000$; $r = 0,664$) serta durasi kerja ($p = 0,000$; $r = 0,772$) dengan keluhan MSDs.

Kesimpulan: Postur kerja tidak ergonomis dan durasi kerja panjang meningkatkan keluhan MSDs. Solusi perbaikan meliputi penerapan prinsip ergonomi (penyediaan kursi bersandar dan meja kerja yang sesuai), edukasi peregangan otot berkala setiap 1–2 jam, manajemen waktu kerja, serta pembinaan K3 sektor informal secara berkala oleh BUMDes dan Puskesmas.

Kata Kunci: Postur Kerja, Durasi Kerja, *Musculoskeletal Disorders* (MSDs), *Rapid Entire Body Assessment* (REBA), *Nordic Body Map* (NBM).

ABSTRACT

YUNI PUSPITA SARI

**HUBUNGAN POSTUR KERJA DAN DURASI KERJA DENGAN
KELUHAN *MUSCULOSKELETAL DISORDERS* PADA IBU RUMAH
TANGGA PEKERJA TAS ANYAMAN DI DESA BINTOYO, KECAMATAN
PADAS, KABUPATEN NGAWI**

Introduction: Woven bag craftswomen in Bintoyo Village are vulnerable to Musculoskeletal Disorders (MSDs) due to static sitting postures, repetitive movements, and long working hours. This study aims to analyze the relationship between work posture and duration with MSDs complaints.

Methods: This analytical quantitative study used a cross-sectional approach involving 47 respondents selected via purposive sampling from 90 workers. Work posture was evaluated using Rapid Entire Body Assessment (REBA) with the Angulus application, work duration via questionnaire, and MSDs complaints via Nordic Body Map (NBM). Data were analyzed using Spearman's correlation test.

Result: Most respondents exhibited moderate risk work posture (55.3%), long working duration ≥ 8 hours/day (61.7%), and high MSDs complaints (55.3%). Bivariate analysis showed a significant and strong correlation between work posture ($p = 0.000$; $r = 0.664$) and work duration ($p = 0.000$; $r = 0.772$) with MSDs complaints.

Conclusion: Unergonomic work posture and long working durations significantly increase MSDs complaints. Proposed solutions include ergonomic workplace modifications (providing chairs with backrests and proper tables), regular stretching exercises every 1–2 hours, improved work duration management, and periodic occupational safety and health (OSH) training by village enterprises (BUMDes) and local public health centers..

Keywords: *Work Posture, Work Duration, Musculoskeletal Disorders (MSDs), Rapid Entire Body Assesment (REBA), Nordic Body Map (NBM).*