

HUBUNGAN ANTARA *SEDENTARY LIFESTYLE*, STATUS GIZI, DAN POSTUR KERJA TERHADAP KELUHAN *MUSCULOSKELETAL DISORDERS* PADA PEGAWAI ASN DINAS KESEHATAN KOTA SALATIGA

FAELA NATASYA-25000122120054
2026-SKRIPSI

Musculoskeletal Disorders (MSDs) merupakan masalah kesehatan kerja yang sering dialami pekerja perkantoran akibat paparan faktor ergonomi, perilaku sedentari, dan kondisi individu yang kurang mendukung. Pegawai Aparatur Sipil Negara (ASN) di Dinas Kesehatan Kota Salatiga memiliki karakteristik pekerjaan administratif berbasis komputer yang menuntut aktivitas duduk dalam waktu lama sehingga berpotensi meningkatkan risiko keluhan MSDs. Penelitian bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *sedentary lifestyle*, status gizi, dan postur kerja terhadap keluhan *musculoskeletal disorders* pada pegawai ASN Dinas Kesehatan Kota Salatiga. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Populasi penelitian berjumlah 71 pegawai ASN dengan teknik *total sampling*, sehingga diperoleh 68 responden sebagai sampel penelitian utama setelah 3 responden digunakan dalam studi pendahuluan. Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket *Nordic Body Map* (NBM) untuk mengukur keluhan MSDs, *Occupational Sitting and Physical Activity Questionnaire* (OSPAQ) untuk menilai *sedentary lifestyle*, pengukuran antropometri untuk menentukan status gizi berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT), dan observasi postur kerja menggunakan metode *Rapid Upper Limb Assessment* (RULA). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat signifikansi 5%. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden mengalami keluhan MSDs kategori sedang (67,6%), memiliki *sedentary lifestyle* (63,2%), status gizi tidak normal (51,5%), dan postur kerja tidak ergonomis (66,2%). Analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara *sedentary lifestyle* ($p < 0,001$; PR=3,239; CI=1,715–6,118), status gizi ($p = 0,003$; PR=1,768; CI=1,213–2,577), dan postur kerja ($p < 0,001$; PR=4,191; CI=1,920–9,150) dengan keluhan MSDs. Penelitian ini menyimpulkan bahwa *sedentary lifestyle*, status gizi, dan postur kerja berhubungan dengan meningkatnya keluhan MSDs pada pegawai ASN.

Kata kunci : keluhan *musculoskeletal disorders*; *sedentary lifestyle*; status gizi; postur kerja; pegawai ASN