

**GAMBARAN KELUHAN NYERI LEHER  
MAHASISWA SELAMA PANDEMI COVID-19:  
*LITERATURE REVIEW***

**SKRIPSI**

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Mata Kuliah Skripsi



Oleh

**ELOK SURYANINGTYAS**

**NIM 22020118120031**

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS DIPONEGORO**

**SEMARANG, JUNI 2023**

## ABSTRAK

**Elok Suryaningtyas**

**Gambaran Keluhan Nyeri Leher Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19:**

***Literature Review***

**lxxxii + 74 Halaman + 3 Tabel + 4 Gambar + 3 Lampiran**

Pandemi COVID-19 menyebabkan seluruh institusi pendidikan mengganti metode pembelajaran menjadi pembelajaran daring. Pembelajaran daring berdampak pada keluhan nyeri leher yang disebabkan oleh paparan *gadget* dengan durasi, frekuensi yang lama dan dengan posisi tubuh tidak ergonomis. Tujuan penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran keluhan nyeri leher pada mahasiswa selama pandemi Covid-19 berdasarkan hasil analisis *literature review*. Penelitian ini menggunakan *literature review* dengan sampel yang berasal dari berbagai jurnal nasional dan internasional yang diterbitkan resmi secara *online*. Data yang didapat kemudian dilakukan seleksi dan penilaian berupa identifikasi masalah, *screening*, penilaian kualitas, dan ekstraksi data hingga didapatkan 10 jurnal yang sesuai dengan kriteria. Hasil penelitian ini adalah bahwa pembelajaran daring menyebabkan nyeri leher. Beberapa faktor yang meningkatkan risiko nyeri leher seperti pekerjaan, jenis kelamin, pola aktivitas, tingkat stres dan masalah biologis lainnya. Mahasiswa yang mengalami nyeri leher sebagian besar disebabkan karena kurangnya aktivitas fisik <150 menit/minggu. Durasi duduk >3 jam sehari dan peningkatan flaksi leher yang besar mempengaruhi ketegangan otot pada leher dan berpengaruh terhadap nyeri di area leher.

Kata Kunci : Covid-19, Mahasiswa, Pembelajaran jarak jauh, Nyeri leher

Daftar Pustaka : 72 (2012-2022)

## **ABSTRACT**

**Elok Suryaningtyas**

**Description of Students' Neck Pain Complaints During the Covid-19  
Pandemic: Literature Review**

**lxxxii + 74 Pages + 3 Table + 4 Pictures + 3 Attachments**

COVID-19 pandemic has caused all educational institutions to change learning methods to online learning. Online learning has an impact on complaints of neck pain caused by exposure to gadgets with long duration, frequency and with non-ergonomic body positions. The purpose of this study was to provide an overview of neck pain complaints in college students during the Covid-19 pandemic based on the results of a literature review analysis. This study uses a literature review with samples originating from various national and international journals that are officially published online. The obtained data then selected and assessed in the form of problem identification, screening, quality assessment, and data extraction to obtain 10 journals that match the criteria. The results of this study are that online learning causes neck pain. Several factors increase the risk of neck pain such as occupation, gender, activity patterns, stress levels and other biological problems. Students who experience neck pain are mostly due to lack of physical activity <150 minutes/week. Duration of sitting >3 hours a day and a major increase in neck flexion affects muscle tension in the neck and affects pain in the neck area.

**Keywords** : Covid-19, College students, Study from home, Neck pain

**References** : 72 (2012-2022)