

ABSTRAK

Pola kerja dengan posisi tubuh yang tetap atau terbatas, gerakan repetitif, penekanan pada bagian tubuh tertentu, serta kecepatan kerja yang tidak menentu dapat menjadi faktor penyebab gangguan muskuloskeletal. *Carpal Tunnel Syndrome* (CTS) atau sindrom terowongan karpal adalah salah satu gangguan muskuloskeletal tepatnya pada pergelangan tangan. Pekerja dapat terkena gejala dari CTS jika dari pola kerjanya tidak ergonomis, salah satunya dialami oleh pekerja di unit Sorting PT. X sebab pada kegiatan yang terjadi pada unit Sorting terdapat adanya sebuah gerakan repetitif. Tujuan penelitian ini adalah mempelajari gambaran keluhan subyektif CTS berdasarkan faktor individu pada pekerja sorting PT. X. Penelitian ini dilakukan dengan metode observasional deskriptif pada pekerja sorting di PT. X. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian pekerja di unit Sorting dengan jumlah 17 pekerja dan analisis data yang digunakan adalah tabulasi silang untuk mengetahui keluhan subyektif CTS terhadap faktor individu pekerja. Pekerja di unit Sorting mayoritas pekerja dengan usia kurang dari 40 tahun (94%) dan didominasi oleh pekerja laki-laki (65%). Sebagian besar pekerja lama kerjanya 8 jam (82%) dan pekerja bekerja di unit Sorting tersebut dengan masa kerja kurang dari 5 tahun (88%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil penilaian gerakan repetitif yang terjadi pada pekerjaan di unit Sorting PT. X memiliki kategori sedang. Mayoritas mengalami keluhan subyektif CTS dengan kategori keluhan subyektif CTS ringan (94%). Pekerja di unit Sorting yang mengenai keluhan subyektif CTS diantaranya pekerja yang berusia lebih dari atau sama dengan 40 tahun, pekerja yang perempuan, pekerja yang lama kerjanya kurang dari 8 jam, dan pekerja yang masa kerjanya lebih dari atau sama dengan 5 tahun. Rekomendasi yang dapat diberikan kepada perusahaan yaitu diantaranya dapat melakukan adanya rotasi pekerja dan mengsosialisasikan gerakan teknik *stretching* (*stretching exercise* dan *nerve and tendon gliding exercise*).

Kata Kunci : Gerakan Repetitif, Faktor Individu, *Carpal Tunnel Syndrome* (CTS)

ABSTRACT

Work patterns that fix or limit body positions, repetitive movements, emphasis on certain parts of the body, and erratic work speed can be factors that cause musculoskeletal disorders. Carpal Tunnel Syndrome (CTS) is one of the musculoskeletal disorders of the wrist. Workers can be affected by symptoms of CTS if their work patterns are not ergonomic, one of which is the experience of workers in the Sorting unit of PT. X because the activities that occur in the Sorting unit contain repetitive movements. The purpose of this study is to study the picture of CTS subjective complaints based on individual factors in PT. X. This study used the descriptive observational method of sorting workers in PT. X. The sample in this study is some workers in the Sorting unit with a total of 17 workers and the data analysis used is cross-tabulation to find out the subjective complaints of CTS to individual worker factors. Workers in the Sorting unit are the majority of workers under the age of 40 years (94%) and are dominated by male workers (65%). Most of the workers have worked 8 hours (82%) and they work in the sorting unit with a working period of less than 5 years (88%). The results of the study showed that the results of the assessment of repetitive movements that occurred in the work in the Sorting unit of PT. X has a medium category. The majority experienced subjective complaints of CTS in the category of subjective complaints of mild CTS (94%). Workers in the Sorting unit affected by CTS subjective complaints include workers who are more than or equal to 40 years old, female workers, workers whose working time was less than 8 hours, and workers whose working period was more than or equal to 5 years. Recommendations that can be given to companies include rotating workers and socializing stretching techniques (stretching exercises and nerve and tendon gliding exercises).

Keywords : Repetitive Movement, Individual Factors, Carpal Tunnel Syndrome (CTS)