

# Penerapan Intervensi Pengaturan Mekanika Tubuh Dengan Latihan Posisi Ergonomi Untuk Mengatasi Masalah Keperawatan Nyeri Akut Pada Pekerja di Keluarga Ibu D di Cimanggis Depok = Application of Body Mechanics Regulating Interventions with Ergonomic Positioning Exercises to Overcome Acute Pain Nursing Problems for Workers in Ms. D Family in Cimanggis Depok

Viesca Ayu Vandila, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20518388&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Pekerja sebagai agregat berisiko rentan mengalami bahaya kesehatan seperti Gangguan Otot Tulang dan Rangka. Perawat kesehatan kerja mempunyai peran untuk mencegah terjadinya masalah tersebut. Karya Ilmiah Akhir ini bertujuan untuk memberikan gambaran penerapan intervensi pengaturan mekanika tubuh dengan latihan posisi ergonomi untuk mengatasi masalah nyeri akut pada pekerja di keluarga Ibu D di Cimanggis, Depok. Hasil intervensi menunjukkan bahwa terjadi penurunan keluhan nyeri secara signifikan, penurunan nyeri terjadi 1-2 poin dengan visual analogue scale (VAS) dan sampai tidak ada keluhan lagi. Hasil tersebut membuktikan bahwa penerapan latihan posisi ergonomi terbukti dapat membantu mencegah munculnya nyeri punggung bawah pada pekerja. Intervensi ini disarankan menjadi program pengembangan upaya kesehatan bagi perawat komunitas di Puskesmas dan perawat kesehatan kerja di Klinik tempat kerja. ....Workers as aggregates are at risk of experiencing health hazards such as bone and skeletal muscle disorders. Occupational health nurses have a role to prevent the occurrence of these problems. This final scientific work aims to provide an overview of the application of body mechanics regulation interventions with ergonomics position exercises to overcome acute pain problems for workers in Ms. D family in Cimanggis, Depok. The results of the intervention showed that there was a significant decrease in pain complaints, a decrease in pain was measured around 1-2 points using the visual analogue scale (VAS) and until there were no more complaints. These results prove that the application of ergonomics position exercises can help prevent the emergence of low back pain in workers. This intervention is suggested to be a health effort development program for community nurses at Puskesmas and occupational health nurses in workplace clinics.