

HUBUNGAN ANTARA SIKAP KERJA BERDIRI DENGAN KELUHAN MUSKULOSKELETAL PADA PEKERJA PEMBUAT TRIPLEK

Ika Oktafiannisa¹, Sri Sumini¹, Mushidah¹

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat, STIKES Kendal
ika.okta@gmail.com

ABSTRAK

Sikap Kerja Berdiri merupakan sikap siaga baik sikap fisik maupun mental, sehingga aktifitas kerja dilakukan lebih cepat, kuat dan teliti. Berbagai masalah kerja dengan sikap kerja berdiri dapat menyebabkan keluhan nyeri dan terjadi fraktur pada otot tulang belakang. Tujuan penelitian ini mengkaji sikap kerja berdiri dengan keluhan muskuloskeletal pada pekerja pembuat triplek. Penelitian ini menggunakan pendekatan *Croos Sectional*. Sampel penelitian sebanyak 34 pembuat triplek kelurahan ketapang kendal. Pengukuran sikap kerja berdiri menggunakan lembar *cheklist* dan keluhan muskuloskeletal menggunakan *Nordic Body Map*. Analisis data menggunakan *Chi-Square*. Hasil penelitian adalah 85,7% responden dengan sikap kerja berdiri tidak baik ada keluhan muskuloskeletal, sebanyak 14,3% responden dengan sikap kerja berdiri baik tidak ada keluhan muskuloskeletal. Simpulan dari penelitian ini ada hubungan sikap kerja berdiri dengan keluhan muskuloskeletal pada pekerja pembuat triplek ketapang kendal ($p=0,001$). Saran bagi pekerja melakukan istirahat duduk beberapa menit saat mereka merasakan keluhan pada otot skeletal dan Penyediaan meja kerja sesuai ergonomi untuk pembentukan sesuai postur alamiah tubuh pekerja.

Kata Kunci : Sikap Kerja Berdiri, Keluhan Muskuloskeletal, pekerja pembuat triplek

THE RELATIONSHIP BETWEEN STANDING ATTITUDE WITH MUSCULOSKELETAL COMPLAINTS ON THE PLYWOOD MAKER

ABSTRACT

Standing Attitudes Stand is a good attitude both physical and mental attitude, so that work activities done more quickly, strong and meticulous. Various work problems with standing work attitude can cause pain complaints and fractures occur in the spinal muscles. The purpose of this study is to study the standing attitude with musculoskeletal complaints on the plywood maker. This research uses Cross Sectional approach. The sample of research is 34 makers of urban kampung ketapang kendal. Work attitude measurement stands using cheklist sheets and musculoskeletal complaints using Nordic Body Map. Data analysis using Chi-Square. The result of this research is 85,7% respondent with work attitude stand no complaint musculoskeletal, As many as 14.3% of respondents with good standing attitude no musculoskeletal complaints. Conclusion from this research there is correlation between standing work attitude with musculoskeletal complaint on the workers of pest controller ($p = 0,001$). Suggestions for workers to rest sit for a few minutes when they feel a complaint on skeletal muscle.

Keywords: standing work attitude, musculoskeletal complaints, plywood making workers

PENDAHULUAN

Menurut Anies (2014) sikap tubuhserta aktivitas tertentu terhadap alat kerja,berpotensi menimbulkan suatu gangguan kesehatan, bahkan penyakit. Sikap tubuh saat bekerja yang salah juga dapat menjadipenyebab timbulnya masalah kesehatan antara lain nyeri, kelelahan, bahkan kecelakaan. Selain itu, sikap kerja yang statis baik itu sikap duduk atau sikap berdiri dalam jangka waktu yang lama juga dapat menyebabkan permasalahan tersebut. Dampak negatif tersebut akan terjadi

baik dalam jangka waktu pendek maupun jangkapanjang.

Menurut *National Safety Council* melaporkan bahwa sakit akibat kerja yang frekuensi kejadiannya paling tinggi adalah sakit/nyeri pada bagian otot-otot skeletal, yaitu 22% dari 1.700.000 kasus (Tarwaka, dkk, 2004). Berdasarkan data penyakit akibat kerja (PAK) pada tahun 2011 sampai 2014 3 yaitu 57.929 kasus (2011), 60.322 kasus (2012), 97.144 kasus (2013), dan 40.694 kasus (2014). Pada tahun 2011 jumlah kasus tertinggi di Provinsi

Jawa Tengah sebesar 1.120 kasus, sedangkan pada tahun 2012 kasus tertinggi di Provinsi Sumatra sebesar 7.811 kasus. Pada tahun 2013 kasus tertinggi di Provinsi Banten sebesar 2.056 kasus dan pada tahun 2014 kasus tertinggi di Provinsi Bali sebesar 5.291 kasus (Kementerian Kesehatan RI, 2015).

Studi tentang MSDs pada berbagai jenis industri telah banyak dilakukan dan hasil studi menunjukkan bahwa bagian otot yang sering diketahui adalah otot rangka yang meliputi otot leher, bahu, lengan, tangan, jari, punggung, pinggang dan otot bagian bawah. Keluhan sistem muskuloskeletal pada umumnya terjadi karena kontraksi otot yang berlebihan akibat pemberian beban kerja yang terlalu berat dengan durasi pembebanan yang panjang (Tarwaka, 2010).

CV. Arto Moro Ketapang Kendal merupakan industri yang bergerak di bidang kayu lapis, produk komposit terbuat dari lembaran-lembaran vinir yang direkat menggunakan lem bersama dengan susunan bersilang tegak lurus diatas meja. Berdasarkan hasil wawancara terhadap 7 pekerja di CV Arto Moro (pembuatan triplek), dapat diketahui bahwa 7 pekerja tersebut terindikasi mengalami keluhan nyeri pada otot skeletal. Sikap kerja tidak alamiah (berdiri) yang dilakukan oleh tenaga kerja merupakan suatu keterpaksaan karena kondisi lingkungan dan tempat kerja yang memaksa tenaga kerja mengambil sikap kerja berdiri. Pekerja dalam melakukan pekerjaannya adalah dengan posisi berdiri dan posisi menjangkau. Dari sikap kerja berdiri menyebabkan pekerja mengalami keluhan muskuloskeletal terutama pada bagian leher, bahu, punggung, dan kaki. Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis ingin melakukan penelitian tentang "Hubungan Sikap Kerja Berdiri dengan Keluhan Muskuloskeletal pada Pekerja Pembuat Triplek CV. Arto Moro Triplek Ketapang Kendal".

METODE

Penelitian merupakan Observasional Analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Subjek penelitian dipilih dengan menggunakan sampel

jenuh (total populasi) yaitu sebanyak 34 pekerja pembuat triplek di CV. Arto Moro Kelurahan Ketapang Kendal. Variabel-variabel yang diukur dalam penelitian yaitu sikap kerja berdiri dan keluhan muskuloskeletal. Variabel umur, jenis kelamin, IMT, masa kerja dan keluhan muskuloskeletal diperoleh melalui wawancara dengan kuesioner. Kuesioner keluhan muskuloskeletal terdiri dari 11 item pertanyaan tentang keluhan nyeri yang dirasakan.

Variabel sikap kerja berdiri diperoleh dari hasil observasi atau pengamatan peneliti mengenai postur tubuh saat bekerja pada pekerja pembuat triplek di CV. Arto Moro Kelurahan Ketapang Kendal sesuai dengan kegunaannya yaitu melakukan penyimpangan standar. Data dianalisis bivariat dengan *chi square test* untuk mengetahui hubungan antara sikap kerja berdiri dan keluhan muskuloskeletal dengan nilai keyakinan 95%.

HASIL

Pembuatan triplek di Desa Ketapang dengan total pekerja sebanyak 34 pekerja perempuan. Biasanya pekerja dimulai dari pukul 07.00-16.00 WIB. Proses kerja yang dilakukan dipembuatan triplek meliputi menata kayu (vinir) diatas meja dengan susunan bersilang tegak lurus dan direkat menggunakan lem. Ruang kerja yang berisikan meja kerja yang berukuran tinggi meja 82 cm, lebar 110 cm, panjang 220 cm dan tidak adanya kursi untuk beristirahat duduk sejenak.

Rata-rata umur pekerja pembuat triplek di Kelurahan Ketapang adalah $39 \pm 8,753$ tahun dengan rentang antara 20 tahun sampai 50 tahun. jenis kelamin, mayoritas pekerja pembuat triplek di Kelurahan Ketapang berjenis kelamin perempuan (100%). Rata-rata IMT pekerja pembuat triplek di Kelurahan Ketapang Kendal adalah $21,8691 \pm 22,90983$, dan rata-rata masa kerja pekerja pembuat triplek di Kelurahan Ketapang adalah $2,44 \pm 1,541$ tahun, dengan rentang antara 1 tahun sampai 5 tahun.

Tabel 1.
 Karakteristik responden (n= 34)

Variabel	f (%)
Umur (tahun)	39,38±8,753
Terendah	20
Tertinggi	50
Perempuan (%)	34 (100%)
Masa kerja	2,44±1,541
Terendah	1
Tertinggi	5
IMT	21,8±22,9
Sangat kurus	1 (2%)
Kurus	4 (11%)
Normal	25 (73%)
Obes 1	4 (11%)
Sikap Kerja Berdiri	
Sikap berdiri baik	13 (38%)
Sikap berdiri tidak baik	21(61%)
Keluhan Muskuloskeletal	
Tidak ada keluhan	13 (38%)
Ada keluhan	21 (61%)

Tabel 2.
 Hubungan antara Sikap Kerja Berdiri dengan Keluhan Muskuloskeletal pada Pekerja Pembuat Triplek (n= 21)

Sikap Kerja Berdiri	Keluhan Muskuloskeletal				P value
	Ya		Tidak		
	f	%	f	%	
Kurang baik	18	85,7	3	14,3	0,001
Baik	3	23,1	10	76,9	

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan bahwa proporsi responden berdasarkan sikap kerja berdiri di CV. Arto Moro Kelurahan Ketapang, sebanyak 13 (38%) responden dengan sikap kerja berdiri baik. Responden dengan kategori sikap kerja berdiri tidak baik sebanyak 21 (61%) responden. Menurut OSHA (2008) sikap kerja yang baik adalah suatu kondisi dimana bagian-bagian tubuh secara nyaman melakukan kegiatan seperti sendi-sendi bekerja secara alami dimana tidak terjadi penyimpangan yang berlebihan.

Analisis hubungan antara sikap kerja berdiri dengan keluhan muskuloskeletal pada pekerja pembuat triplek di CV. Arto Moro Kelurahan Ketapang Kendal disajikan dalam tabel 2, menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap kerja berdiri dengan keluhan muskuloskeletal pada pekerja pembuat triplek di CV. Arto Moro Kelurahan Ketapang Kendal.

Tabel 2 menunjukkan bahwa responden dengan sikap berdiri tidak baik dan mengalami

keluhan sakit sebanyak 85,7% dan responden dengan sikap berdiri tidak baik tetapi tidak mengalami keluhan (tidak sakit) sebanyak 14,3%. Sebanyak 23,1% responden dengan sikap berdiri baik mengalami keluhan (sakit), dan responden dengan sikap berdiri baik tidak mengalami keluhan (tidak sakit) sebanyak 76,9%. Berdasarkan uji statistik yang telah dilakukan dengan menggunakan uji *Chi-Square* yakni nilai *p value* > dengan =0,05. Dari hasil penelitian ini *pvalue* sebesar 0,001 yaitu terdapat hubungan antara sikap kerja berdiri dengan keluhan muskuloskeletal pada pembuat triplek di CV.Arto Moro Kelurahan Ketapang Kendal. Hal ini sesuai dengan penelitian Srirahayu (2007), dikatakan adanya pengaruh sikap kerja dalam posisi berdiri menggunakan meja yang tidak ergonomis dan dinilai dari postur tubuh yang salah memiliki risiko terjadi gangguan muskuloskeletal seperti myalgia, nyeri punggung, kaki dan lain sebagainya.

Sebuah penelitian yang dilakukan Suharto (2007), seseorang yang bekerja dari 5 tahun

lebih meningkatkan risiko terjadinya keluhan muskuloskeletal dibandingkan kurang dari 5 tahun, dimana paparan mengakibatkan rongga diskus menyempit secara permanen dan juga mengakibatkan degenerasi tulang belakang yang akan menyebabkan nyeri kronis.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Responden sebanyak 47% berusia 20 – 40 tahun, sebanyak 52% responden berusia 41 – 50 tahun. Sebanyak 100% responden jenis kelamin perempuan. Responden kategori IMT sebanyak 2% (sangat kurus), 11% (Kurus), 73% (normal), obes 1 (11%). Responden sebanyak 38% dengan masa kerja 1 tahun, 26% (2 tahun), 5% (3 tahun), 11% (4 tahun), 17% (5 tahun). Responden sikap kerja berdiri baik sebanyak 38% dan sebanyak 61% responden dengan sikap berdiri tidak baik. Responden tidak ada keluhan sebanyak 38% dan sebanyak 61% responden ada keluhan. Responden dengan sikap kerja berdiri tidak baik dan mengalami keluhan nyeri muskuloskeletal sebanyak 85,7%. Responden dengan sikap kerja berdiri baik tidak mengalami keluhan nyeri muskuloskeletal sebanyak 14,3%.

Saran

Dalam rangka menurunkan angka terjadinya keluhan muskuloskeletal pada pekerja pembuat triplek di CV. Arto Moro Kelurahan Ketapang Kabupaten Kendal disarankan sebaiknya perlu disediakan tempat duduk di sudut ruang kerja atau desain stasiun kerja yang menggunakan kursi agar pekerja dapat bekerja dengan posisi berdiri dan disisilain dapat bekerja dalam posisi duduk supaya untuk mengurangi terjadinya keluhan nyeri pada otot skeletal. Penyediaan meja kerja sesuai ergonomi untuk pembentukan sesuai postur alamiah tubuh pekerja. Hal ini dimaksudkan untuk mengurangi risiko keluhan pada punggung, leher, punggung, dan kaki.

DAFTAR PUSTAKA

Anies, 2014, *kedokteran okupasi, berbagai penyakit akibat kerja dan upaya penanggulangan dari aspek kedokteran*. Yogyakarta : Ar-ruzz Media.

Abdul Rahman, Agus. 2013. *Psikologi Sosial: integrasi pengetahuan wahyu dan pengetahuan empirik*. Jakarta: Rajawali Pers.

Kemenkes, (2015). *Rencana Strategi Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019*. Jakarta:Kementrian Kesehatan RI;2015.

OSHA, 2008. *Ergonomics: The Study of Work*. U.S. Departement of Labour.

Srirahayu. (2007). *Besar Risiko Keluhan*

Muskuloskeletal pada Sikap Kerja Berdiri. Skripsi. Bandung. Universitas padjajaran. Hlm 44.

Tarwaka. 2014. *Ergonomi Industri; Dasar-dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.