

Peningkatan Pengetahuan Dampak Penyakit Akibat Kerja Sebagai Upaya Meningkatkan Produktivitas Kerja

Ika Setyawati^{*}, Sherly Usman²

Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Jl. Brawijaya, Tamantirto, Kasihan, Bantul, Yogyakarta, 55183
 Email: ikasetyawati.dr@umy.ac.id
 DOI: 10.18196/ppm.43.619

Abstrak

Penurunan produktivitas kerja dapat disebabkan oleh penyakit akibat kerja/keluhan sakit yang muncul selama bekerja, kurangnya pengetahuan dan kesadaran tentang pentingnya penggunaan alat pelindung diri (APD) dan tidak menjalankan posisi ergonomis yang baik saat bekerja. Kegiatan ini bertujuan untuk diseminasi informasi dan peningkatan pengetahuan perajin emping melinjo terkait penyakit akibat kerja dan pencegahannya serta posisi ergonomis saat bekerja. Kegiatan Pendidikan kesehatan dilaksanakan secara tatap muka dengan dimulai pretes kemudian sesi pemaparan materi dan diakhiri sesi postes untuk mengukur keberhasilan kegiatan dan tingkat pengetahuan peserta. Kegiatan sesi pemeriksaan kesehatan fisik secara umum meliputi pengukuran tinggi badan, berat badan, pemeriksaan struktur anatomis tulang belakang. Kegiatan ini diikuti oleh 7 peserta secara penuh dari awal, pretes sampai dengan selesai termasuk postes. Terdapat peningkatan nilai postes dibandingkan nilai pretes. Terdapat peningkatan pengetahuan tentang penyakit akibat kerja pada perajin emping Kepuh Nutrindo.

Kata Kunci: ergonomis; penyakit akibat kerja; perajin emping.

Pendahuluan

Industri kecil produksi emping melinjo merupakan salah satu jenis usaha yang mampu bertahan dan berkembang pada kondisi krisis ekonomi. Industri pembuatan emping melinjo termasuk salah satu industri rumah tangga yang bertujuan meningkatkan nilai ekonomi keluarga. Dalam proses produksinya, pembuatan emping melinjo ini banyak dilakukan di rumah baik sebagai pekerjaan pokok maupun pekerjaan sampingan, yang lebih dikenal dengan istilah *home industry* sebagai salah satu penunjang mewujudkan kesejahteraan masyarakat di bidang perekonomian (Kusuma, 2014).

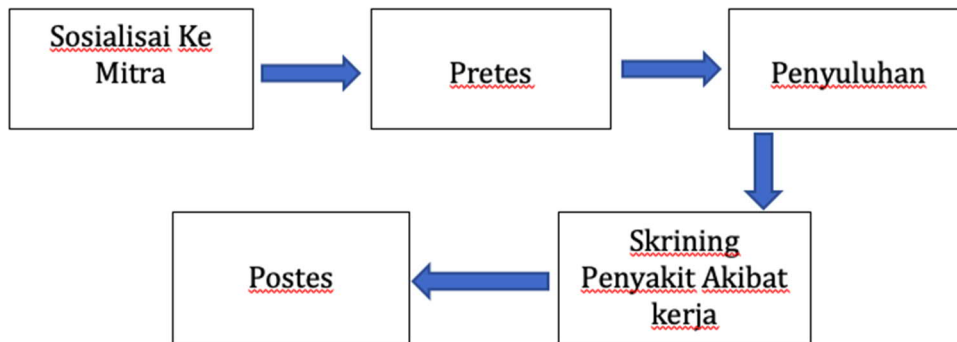
Usaha emping melinjo di Kepuh Kulon, Kelurahan Wirokerten, Kecamatan Banguntapan Kabupaten Bantul merupakan UMKM yang berpotensi untuk dikembangkan, terutama sebagai salah satu produk unggulan daerah setempat. Berdasarkan wawancara langsung dengan pemilik UMKM, didapatkan data bahwa karyawan yang bekerja dalam pembuatan emping melinjo yang dilakukan secara manual sering mengalami keluhan nyeri pada pergelangan tangan, nyeri punggung dan terkadang asap saat proses penggarangan melinjo juga mengganggu pernapasan.

Selama bekerja, para karyawan tidak menggunakan alat pelindung seperti masker, dan juga tidak duduk secara ergonomis pada saat melakukan pemukulan biji melinjo dan pencetakan emping. Kondisi keluhan tersebut dapat dikatakan sebagai salah satu penyakit akibat kerja.

Usaha untuk mengatasi masalah tersebut salah satunya meningkatkan pengetahuan penyakit akibat kerja dan bagaimanakah cara pencegahannya melalui pendidikan kesehatan serta melakukan skrining penyakit akibat kerja. Kegiatan ini bertujuan untuk diseminasi informasi dan peningkatan pengetahuan perajin emping melinjo terkait penyakit akibat kerja dan pencegahannya.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan dan pemeriksaan kesehatan secara tatap muka pada perajin emping Kepuh Nutrindo di kepuh Kulon, Wirokerten, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta pada tanggal 7 Februari 2021. Pada Gambar 1 merupakan tahapan metode pelaksanaan kegiatan dimulai dari sosialisai ke mitra, pretes, penyuluhan, pemeriksaan skrining penyakit akibat kerja, postes.



Gambar 1. Tahapan Metode Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Pada Masyarakat

1. Sosialisasi

Kegiatan sosialisasi bertujuan untuk memberikan informasi terkait tujuan kegiatan dan teknis kegiatan pengabdian yang akan dilakukan. Pada sesi ini, dilakukan wawancara dan diskusi dengan mitra untuk mengetahui prioritas masalah dan solusi untuk mengatasi masalah tersebut. Partisipasi mitra dalam kegiatan pelaksanaan program ini sangat baik, (mitra menyediakan tempat pertemuan, ikut bersosialisasi dengan para karyawan perajin emping terkait tahapan pelaksanaan yang dilakukan, dan komitmen mitra untuk mengikuti pelaksanaan kegiatan).

2. Pretes

Sesi pretes dilaksanakan untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta kegiatan.

3. Penyuluhan

Sesi penyuluhan ini berupa pemaparan materi yaitu pengertian penyakit akibat kerja, tanda dan gejala serta tatalaksananya. selain itu materi yang disampaikan juga terkait posisi ergonomis yang tepat saat bekerja dengan dilengkapi penyajian contoh-contoh gambar agar mudah dipahami oleh peserta kegiatan.

4. Skrining Penyakit Akibat Kerja

Sesi ini dilakukan anamnesis dan pemeriksaan fisik oleh dokter umum yang memiliki kompetensi sesuai dengan ilmu kedokteran. Sesi anamnesis berupa wawancara kepada para peserta kegiatan untuk menggali keluhan-keluhan yang dirasakan untuk mencari gejala penyakit akibat kerja yaitu menanyakan adanya nyeri punggung bawah, dan nyeri pergelangan tangan. Pemeriksaan fisik dilakukan untuk mengetahui ada tidak nya kelainan ruas tulang punggung (skoliosis, kifosis dan lordosis).

5. Postes

Sesi postes dilaksanakan untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan nilai dibandingkan dengan pretes sehingga dapat terlihat tingkat keberhasilan kegiatan.

Setelah selesai rangkaian kegiatan penagbdian pada masyarakat tersebut, data nilai pretes dan postes akan diolah secara statistik dengan metode deskriptif dan *Paired t-test*.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan ini dilaksanakan secara tatap muka. Kegiatan penyuluhan ini dihadiri oleh 7 orang perajin emping melinjo UMKM Kepuh Nutrindo Yogyakarta. Penyuluhan dilakukan oleh narasumber dokter umum. Materi dipaparkan dengan cara uraian penjelasan dan adanya sesi diskusi tanya jawab antar peserta dan narasumber. Setelah kegiatan pemaparan materi selesai maka selanjutnya dilakukan pemeriksaan fisik. Tingkat pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan dapat dilihat pada table 1.

Tabel 1. Perbandingan nilai rerata *pre-test* dan *post-test*

Kegiatan	Nilai Terendah	Nilai Tertinggi	Rerata Nilai	p
<i>Pre-test</i>	30	70	48,57	0,000
<i>Post-test</i>	80	100	92,85	

Tabel 2. Data Hasil Skrining Penyakit Akibat Kerja

Keluhan/Pemeriksaan Fisik pada Responden	Hasil Responden						
	1	2	3	4	5	6	7
Nyeri Punggung bawah	+	+	+	-	+	-	-
Nyeri Pergelangan Tangan	-	+	-	-	-	-	-
Skoliosis	-	-	-	-	-	-	-
Kifosis	-	-	-	-	-	-	-
Lordosis	-	-	-	-	-	-	-

(-): tidak didapatkan kelainan/dalam batas normal

(+): di dapatkan keluhan sesuai item di dalam tabel

Dalam praktik kedokteran, deteksi penyakit akibat kerja dapat dilakukan salah satunya dengan wawancara dan pemeriksaan fisik. Berdasarkan tabel 2 dari hasil wawancara didapatkan bahwa pada responden no 1, 2, 3, dan 5 dijumpai ada keluhan nyeri punggung bawah dan pada responden 2 dijumpai keluhan nyeri pergelangan tangan. Sedangkan pada pemeriksaan fisik tidak didapatkan adanya kelainan pada tulang punggung.

Keluhan nyeri yang dirasakan pada responden dapat disebabkan karena kesalahan posisi saat bekerja yang dapat disebut juga sebagai penyakit akibat kerja. Penyakit akibat kerja disebabkan karena hubungan kerja atau oleh pekerjaan dan sikap kerja (Pheasant, 1991 dan Nurmiyanto, 2008). Salah satu penyakit akibat kerja adalah nyeri punggung. Nyeri punggung bawah dapat diakibatkan

karena posisi statis dalam bekerja dan bersifat terus menerus sehingga mengakibatkan kehilangan jam kerja dan pada akhirnya dapat mengganggu produktivitas kerja (Sulistiono, 2003).

Nyeri punggung bawah merupakan salah satu keluhan yang dapat menurunkan produktivitas manusia. Setiap tahun 15%-45% orang dewasa menderita nyeri punggung bawah dan umumnya terjadi pada usia 35-55 tahun. Satu diantara 20 penderita harus dirawat di rumah sakit karena serangan akut nyeri punggung bawah (proporsi 5%) dan proporsi keluhan nyeri punggung bawah mencapai 30%-50% (Mahadewa & Maliawan, 2009).

Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian Kusuma (2014) bahwa posisi kerja berpengaruh terhadap terjadinya nyeri punggung bawah pada pekerja di Kampung Sepatu. Nyeri punggung bawah disebabkan karena posisi kerja yang salah dan tidak ergonomi.

Nyeri punggung bawah (*Low Back Pain*) merupakan sindroma klinik yang ditandai gejala utama nyeri atau rasa tidak nyaman di daerah tulang punggung bagian bawah (Suharto, 2005). *Low Back Pain* dapat disebabkan karena adanya kelainan ruas tulang belakang, dimana ruas tulang belakang merupakan struktur penyangga tubuh dan kepala yang selalu terlibat dalam berbagai sikap tubuh dan gerakan sehingga mudah sekali mengalami gangguan (Kusuma, 2014).

Sikap kerja atau kondisi kerja yang tidak ergonomis pada akhirnya dapat menimbulkan keluhan-keluhan seperti gangguan pada sistem muskuloskeletal termasuk salah satunya adalah Nyeri punggung bawah (Manuaba, 1990). Menurut Anityasari (2001) bahwa masalah yang sering dihadapi oleh para pekerja di industri kecil adalah stasiun kerja yang tidak ergonomis, meliputi meja dan kursi kerja.

Para perajin emping Kepuh Nutrindo telah mendapatkan penyuluhan kesehatan tentang penyakit akibat kerja dan bagaimana cara mengatasinya sehingga diharapkan ke depannya dapat lebih memperhatikan posisi kerja yang benar untuk mencegah munculnya penyakit akibat kerja.

Simpulan

Berdasarkan nilai rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah perlakuan maka dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan perajin emping melinjo setelah diberikan penyuluhan.

Ucapan Terima Kasih

Kami ucapkan terima kasih kepada:

- LP3M Universitas Muhammadiyah Yogyakarta atas hibah dana pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat (546/PEN-LP3M/I/2021).
- Pemilik UMKM Kepuh Nutrindo Yogyakarta yang telah bersedia menjadi mitra.

Daftar Pustaka

- Adiatmika, I P G, dkk. Perbaikan kondisi kerja dengan pendekatan ergonomic total menurunkan keluhan musculoskeletal dan kelelahan serta meningkatkan produktivitas dan penghasilan perajin pengecatan logam di Kediri-Tabanan. Research: Program Studi Doktor Ilmu Kedokteran, Program Pascasarjana Universitas Udayana
- Anityasari, M. (2001). Human Factor in Sustainable Manufacturing, *The Indonesian Journal of Ergonomic*. Vol.2 No.2.

- Irawan Fajar Kusuma. (2014). Pengaruh posisi kerja terhadap kejadian lowback pain pada pekerja dikampung sepatu, kelurahan Miji, Kecamatan Prajurit Kulon. Kota Mojokerto, *Jurnal IKESMA Volume 10 Nomor 1 Maret 2014*
- Mahadewa, T. G. B., & Maliawan, S. (2009). *Diagnosis dan Tatalaksana Kegawatdaruratan Tulang Belakang*. Cetakan Pertama. Sagung Seto. Jakarta.
- Manuaba, A. (1990). Beban Kerja untuk Prajurit Dikaitkan dengan Norma Ergonomi di Indonesia. *Proceedings Seminar Nasional tentang Ergonomi di Lingkungan ABRI, Jakarta*
- Nurmianto. (2008). *Ergonomi, Konsep Dasar dan Aplikasinya*. PT. Guna Widya. Surabaya.
- Pheasant, S. (1991). *Ergonomics, Work and Health*. London: Macmillan Academic Profesional Ltd.
- Samara D. *Duduk Statis Lama, Relaksasi, dan Indeks Masa Tubuh Terhadap Risiko Nyeri Pinggang Bawah Pada pekerja Wanita pervetakan Pembuatan Kaset Video VHS*. Jakarta: Program Program Studi Kedokteran Kerja Pascasarjana Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Suharto. (2005). Terapi Sakit Pinggang Accurate Health Center. <http://www.terapisakitpinggang.com>.
- Sulistiono, K. (2003). Penyakit akibat Kerja. <http://www.ojs.lib.unair.ac.id>