

Hubungan Postur Kerja dan Durasi Kerja dengan Keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) pada Pekerja Bengkel Motor di Malili Kabupaten Luwu Timur Tahun 2023

Muliyani Amri¹, Nur Asphina R. Djano^{2*}, Dian Furqani Hamdan³, Suwandi N⁴

^{1,2,3,4}Fakultas Kesehatan Universitas Mega Buana Palopo

phina.djano04@gmail.com

*corresponding author

Abstrak

Gangguan musculoskeletal adalah gangguan yang terjadi sebagai cedera pada otot, tendon, ligamen, saraf, tulang rawan, tulang atau pembuluh darah tangan, kaki, leher, dan punggung. Keluhan MSDs dirasakan pekerja bengkel disebabkan oleh posisi kerja yang sering membungkuk, menunduk, dan sebagainya. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan postur kerja dan durasi kerja dengan keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada pekerja bengkel motor di Malili tahun 2023. Metode penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pekerja bengkel yang ada di Malili yang berjumlah 37 orang. Dan pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik accidental sampling maka ditemukan sampel sebanyak 30 responden. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan pembagian lembar kerja REBA dan kuesioner NBM. Data yang sudah dikumpulkan selanjutnya diolah menggunakan program statistik SPSS dan dianalisis dengan uji chi-square. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara postur kerja, beban kerja, dan durasi kerja dengan keluhan MSDs yakni postur kerja dengan nilai ($p=0,022$) dan durasi kerja dengan nilai ($p=0,014$). Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara postur kerja dan durasi kerja dengan keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada pekerja bengkel motor di Malili tahun 2023.

Kata Kunci : postur kerja; durasi kerja; keluhan musculoskeletal disorders

Abstract

Musculoskeletal disorders are disorders that occur as injuries to muscles, tendons, ligaments, nerves, cartilage, bones or veins of the hands, feet, neck, and back. MSDs complaints felt by workshop workers are caused by work positions that often bend, bow, and so on. The purpose of this study is to determine the relationship between work posture and work duration with complaints of Musculoskeletal Disorders (MSDs) in motor workshop workers in Malili in 2023. This research method uses quantitative methods with a cross sectional approach. The population in this study was all workshop workers in Malili totaling 37 people. And sampling in this study using accidental sampling techniques found samples as many as 30 respondents. Data collection in this study used the distribution of REBA worksheets and NBM questionnaires. The data that has been collected is then processed using the SPSS statistical program and analyzed with a chi-square test. The results of this study show that there is a relationship between work posture and work duration with MSDs complaints, namely work posture with value ($p = 0.022$) and work duration with value ($p = 0.014$). The conclusion of this study is that there is a relationship between work posture and work duration with complaints of Musculoskeletal Disorders (MSDs) in motor workshop workers in Malili in 2023.

Keywords: work posture; work duration; complaints of musculoskeletal disorders



PENDAHULUAN

Menurut Setiorini (2019), pembentukan industri, baik itu formal atau informal merupakan suatu sarana pembangunan di Indonesia yang memiliki dampak baik terhadap penerimaan pekerja, pertumbuhan pendapatan, dan pemerataan pembangunan. Kegiatan industri besar ataupun kecil, sering melibatkan faktor-faktor dalam proses produksi yang menimbulkan risiko berbahaya yang bisa menimbulkan kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja.

Menurut Suryanto (2020), di Indonesia, tidak ada perhatian serius yang diberikan pada ketidaksesuaian ergonomi fasilitas dan orang serta implikasi kesehatannya. Khususnya di sektor informal, masih banyak industri dan sektor yang belum mengedepankan ergonomi dalam merancang lingkungan kerja yang baik. Padahal, banyak pekerja di sektor informal yang berisiko tinggi mengalami masalah kesehatan.

Musculoskeletal Disorders (MSDs) adalah kelainan yang berhubungan dengan pekerjaan yang dapat mempengaruhi otot, tulang, sendi dan saraf anggota gerak. Hal ini terjadi akibat sikap pekerja yang tidak sesuai aturan, jam kerja panjang, gerakan berulang, atau frekuensi pekerjaan (Health and Safety Executive, 2020).

Setiap tahunnya, terdapat 2,3 juta orang yang meninggal karena penyakit akibat kerja dan kecelakaan kerja. Berdasarkan statistik yang ada, dilaporkan bahwa sejumlah besar orang, sekitar 2 juta orang, meninggal karena penyakit akibat kerja. Organisasi Perburuhan Internasional (ILO, 2014) telah mengidentifikasi faktor-faktor risiko di tempat kerja yang berdampak pada posisi pekerja dan dapat menyebabkan berkembangnya penyakit parah terkait gangguan muskuloskeletal (MSDs).

Menurut Survei Angkatan Kerja (LFS) yang dilakukan pada tahun 2017/2018, sejumlah besar 469.000 pekerja di Inggris dilaporkan menderita penyakit muskuloskeletal (MSDs). Meskipun penyakit muskuloskeletal (MSDs) tidak dianggap mengancam jiwa, penyakit ini dapat berdampak signifikan terhadap produktivitas kerja.

Di Britania Raya (UK), telah diamati bahwa sekitar 57% dari kondisi kesehatan dan cedera fisik yang dilaporkan berhubungan dengan sistem muskuloskeletal. Masalah muskuloskeletal mengakibatkan hilangnya hampir 30 juta hari kerja setiap tahunnya. Aktivitas terkait pekerjaan berpotensi memperburuk penyakit muskuloskeletal. Diperkirakan sejumlah besar orang, sekitar 1,3 juta, dalam rentang usia 16 hingga 64 tahun, mengalami penyakit yang diyakini terkait dengan profesi mereka. Data menunjukkan bahwa penyakit ini berdampak signifikan terhadap 41% penyakit akibat kerja di Inggris. Selama periode 2015-2016, penyebab utama gangguan muskuloskeletal (MSDs) terkait pekerjaan diidentifikasi sebagai stres, kecemasan, dan depresi, yang mencakup 37% kasus. Selain itu, faktor lain berkontribusi terhadap 22% MSDs yang dilaporkan (Arthritis Research UK, 2017).

Berdasarkan data yang diberikan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), diperkirakan sekitar sepertiga dari ketidakhadiran kerja disebabkan oleh masalah kesehatan yang disebabkan oleh gangguan muskuloskeletal (MSDs). Prevalensi penyakit yang sering dialami oleh pekerja Indonesia ini dibuktikan melalui penelitian yang dilakukan terhadap sampel 482 pekerja di 12 Kabupaten/Kota di Indonesia. Berdasarkan data muskuloskeletal di Indonesia, terlihat bahwa sebagian besar pekerja mengalami cedera muskuloskeletal di berbagai area tubuh. Secara khusus, otot leher terkena dampak pada sekitar 80% kasus, sedangkan bahu terkena dampak pada 20% kasus. Selain itu, cedera pada punggung dilaporkan terjadi pada 40% kasus, dan bagian belakang pinggang dan pinggul masing-masing terkena pada 40% dan 20% kasus. Selain

itu, cedera pada bokong terjadi pada sekitar 20% kasus. Proporsi segmen tubuh, khususnya paha (40%), lutut (60%), dan betis (80%), dianalisis. (Rahayu, 2021).

Menurut Devi (2017), 365.580 kasus disebabkan oleh gangguan MSDs misalnya tegang atau keseleo akibat kelelahan (Bureau of Labor Statistics/BLS). Prevalensi MSDs yang pernah didiagnosis oleh tenaga medis di Indonesia sebanyak 11,9% sesuai gejalanya, yaitu sebanyak 24,7%. Petani, nelayan atau pekerja informal memiliki prevalensi MSDs terkait pekerjaan tertinggi sebesar 31,2%, prevalensi tersebut selalu meningkat dan mencapai puncak antara usia 35 dan 55 tahun. Terdapat 713.783 penduduk di Indonesia terkena penyakit sendi dan sebanyak 34.958 penduduk di Sulawesi Selatan mengalami penyakit sendi (Risikedas,2018).

Berdasarkan temuan penelitian Pratiwi (2020), ditemukan adanya korelasi antara postur kerja dengan gangguan muskuloskeletal (MSDs) pada pekerja pintu yang berlokasi di Jl.Pahlawan Kota Medan. Berdasarkan temuan penelitian Suryanto yang dilakukan pada tahun 2020, telah teridentifikasi adanya korelasi antara faktor risiko ergonomis dengan terjadinya musculoskeletal disorder (MSDs) di bengkel las informal. Tidak ada korelasi yang diamati antara indeks massa tubuh, kondisi medis, masa kerja, dan perilaku merokok dengan gejala gangguan muskuloskeletal (MSDs).

Sektor informal telah mengalami pertumbuhan yang signifikan dibandingkan dengan sektor formal, sehingga menjadi pilar penting penopang perekonomian Indonesia. Bengkel sepeda motor tergolong dalam pasar tenaga kerja sektor informal. Menurut Adzhani (2016), mekanik bengkel melakukan tugas- tugas yang berhubungan dengan bahaya ergonomis, termasuk penerapan postur kerja yang tidak nyaman, gerakan berulang, dan durasi kerja yang diperpanjang minimal 8 jam.

Salah satu masalah umum yang ditemui di kalangan teknisi bengkel sepeda motor berkaitan dengan penerapan postur tubuh yang tidak tepat selama bekerja, seperti membungkuk berlebihan. Fenomena ini yang terjadi secara terus-menerus akan memberikan pengaruh terhadap nyeri tubuh sehingga mengakibatkan berkembangnya Musculoskeletal Disorders. Berdasarkan temuan pemeriksaan awal yang dilakukan di Malili, sejumlah pekerja di bengkel tersebut melaporkan mengalami ketidaknyamanan di berbagai area seperti punggung, pinggang, leher, pinggul, betis, bahu, dan daerah terkait lainnya. Oleh karena itu, peneliti berupaya untuk mengetahui hubungan antara postur kerja, lama kerja, dan keluhan musculoskeletal disorder (MSD) pada pekerja bengkel sepeda motor di Malili Kabupaten Luwu Timur.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis kuantitatif observasional dengan pendekatan cross sectional. Sampel dalam penelitian ini adalah pekerja bengkel motor yang ada di Malili Kabupaten Luwu Timur. Jumlah populasi penelitian adalah 37 dan sampel penelitian yaitu 30 sampel dengan menggunakan strategi sampling aksidental. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner, lembar REBA dan kuesioner NBM. Proses pengambilan sampel adalah dengan mengisi informan consent untuk menanyakan durasi kerja, sedangkan untuk mengetahui postur kerja yang dilakukan dengan cara observasi dan mendokumentasikan dengan video kemudian dianalisis menggunakan lembar REBA. serta untuk mengetahui keluhan MSDs dilakukan

dengan mengisi kuesioner NBM. Uji yang digunakan adalah Chi-square sebagai uji alternatif dengan menggunakan software SPSS 20.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hubungan postur kerja dengan keluhan musculoskeletal disorders (MSDS) pada pekerja bengkel di Malili (n=38)

Postur Kerja	Keluhan MSDs				Total		P
	Tidak Mengeluh		Mengeluh		n	%	
	n	%	n	%			
Sedang	3	10	2	6,7	13	16,7	0,022
Tinggi	2	6,7	23	76,7	25	83,3	

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 responden yang memiliki postur kerja sedang dan tidak mengalami keluhan MSDs terdapat 3 orang (10%), yang memiliki postur kerja sedang dan mengalami keluhan MSDs terdapat 2 orang (6,7%). Dan yang memiliki postur kerja tinggi dan tidak mengalami keluhan MSDs terdapat 2 orang (6,7%), yang memiliki postur kerja tinggi dan mengalami keluhan MSDs terdapat 23 orang (76,7%). Hasil uji statistic didapatkan $p=0,022$ yang berarti $<0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara postur kerja dengan keluhan MSDs pada pekerja bengkel di Malili.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suryanto tahun 2019 yang dimana terdapat hubungan antara tingkat risiko ergonomi dengan keluhan MSDs. Hal ini dikarenakan pekerja bengkel las bekerja dengan posisi jongkok, menunduk, dan membungkuk yang secara signifikan sikap tersebut menyimpang dari postur netral sehingga menyebabkan otot-otot tubuh bagian atas menjadi kaku.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Pratiwi (2020) yang dimana ada hubungan yang bermakna antara postur kerja dengan keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada pekerja pembuat pintu di Jl.Pahlawan Kota Medan dan memiliki nilai $p(0,006)$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara postur pekerja dengan gangguan MSDs. Dimana pekerja pembuat pintu juga mengalami rasa tidak nyaman pada bagian tubuhnya, diantaranya nyeri punggung, bahu, lengan hingga pergelangan tangan yang di mana di akibatkan oleh postur kerja yang kurang baik (punggung yang terlalu membungkuk, badan yang memutar, tangan dalam posisi terangkat dan posisi jongkok).

Menurut Icsal (2016), postur kerja janggal merupakan postur yang dilakukan dengan posisi tubuh menjauhi posisi alamiah seperti punggung yang membungkuk, tangan terangkat, jongkok, badan memutar, dan sebagainya. Postur kerja janggal pada umumnya terjadi karena tuntutan tugas, alat kerja dan stasiun kerja tidak sesuai dengan kemampuan dan keterbatasan pekerja. Saat bekerja dengan posisi tubuh yang baik, posisi tubuh duduk dan pada leher tidak menunduk atau tidak miring ke kanan atau ke kiri, kearah belakang atau memaksakan postur sesuai dengan pekerjaan yang dilakukan.

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa dari 30 responden yang memiliki durasi kerja singkat dan tidak mengalami keluhan MSDs terdapat 5 orang (16,7%), yang memiliki durasi kerja singkat dan mengalami keluhan MSDs terdapat 9 orang (30,0%). Dan tidak ada yang

memiliki durasi kerja lama dan tidak mengalami keluhan MSDs, yang memiliki durasi kerja lama dan mengalami keluhan MSDs terdapat 16 orang (53,3%). Hasil uji statistik didapatkan $p=0,014$ yang berarti $< 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara durasi kerja dengan keluhan MSDs pada pekerja bengkel di Malili.

Tabel 2. Hubungan durasi kerja dengan keluhan MSDs pada pekerja bengkel di Malili (n=38)

Durasi Kerja	Keluhan MSDs				Total		p
	Tidak Mengeluh		Mengeluh		n	%	
	n	%	n	%			
6-8 jam (Singkat)	5	16,7	9	30	14	46,7	0,014
>8 jam (lama)	0	0	16	53,3	16	53,3	

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Adnyani (2023), dimana terdapat hubungan antara durasi kerja dengan keluhan MSDs pada pengrajin tenun di daerah pariwisata Dusun Sade Kabupaten Lombok Tengah. Dengan nilai $p = 0,00 < 0,05$. Hal ini terjadi karena pengrajin tenun merupakan pekerjaan yang dilakukan secara duduk dalam waktu yang lama yang dapat menyebabkan adanya tegangan pada otot yang dapat menimbulkan keluhan MSDs.

Menurut Icsal (2016), durasi kerja merupakan waktu bekerja juga waktu istirahat bagi pekerja. Waktu kerja seseorang untuk menentukan efisiensi dan produktivitasnya. Seseorang bisa bekerja dengan baik selama 8 jam atau 40 jam dalam seminggu. Sisa waktu dipergunakan untuk kehidupan dalam keluarga dan masyarakat, istirahat dan lain-lain.

Menurut Icsal (2016), hasil uji statistik durasi kerja dengan keluhan MSDs memiliki hubungan. Hal ini dipengaruhi oleh durasi kerja yang lama saat bekerja. Jadi, semakin lama durasi kerja seseorang terpapar faktor risiko Muskuloskeletal Disorders (MSDs), maka semakin besar risiko untuk mengalami MSDs.

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat erdapat hubungan antara postur kerja dengan keluhan MSDs pada pekerja bengkel motor di Malili tahun 2023 dan Terdapat hubungan antara durasi kerja dengan keluhan MSDs pada pekerja bengkel motor di Malili tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Adnyani, Ni Putu PK, dkk. (2023). Hubungan Antara Masa Kerja Dan Durasi Kerja Dengan Keluhan Musculokeletal Disorders (Msd) Pada Pengrajin Tenun. Medan: Universitas Islam Al- Azhar.
- Adzhani,A.R.,Ekawati,&Jayanti,S. (2016). Analisis Postur Kerja Pada Mekanik Bengkel Sepeda Motor Hidrolik “X” Dan Non-Hodrolik “Y” Kota Semarang. Jurnal Kesehatan Masyarakat (e- Journal),4, 82–291.

-
- Arthritis Research United Kingdom. (2017). State of Musculoskeletal Health 2017, Arthritis & other musculoskeletal conditions in numbers or further information. UK : Copeman House.
- Devi, Tiara, et al. (2017). Faktor Risiko Keluhan Musculoskeletal Disorders (Msds) Pada Aktivitas Pengangkutan Beras Di Pt Buyung Poetra Pangan Pegayut Ogan Ilir. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 8(2):125-134.
- Health and Safety Executive. (2020). Work Related Musculoskeletal Disorders Statistic (WRMSDs) in Great Britain, Health and Safety Executive. GreatBritain.<https://www.hse.gov.uk/statistics/causdis/msd.pdf>.
- HSE. Work related musculoskeletal disorders in Great Britain (WRMSDs), 2018 [Internet]. 2018. Tersedia pada: www.hse.gov.uk/statistics/
- Icsal, Muhammad, dkk. (2016). Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) Pada Penjahit Wilayah Pasar Panjang Kota Kendari. *Jurnal Kendar: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo*. 2016.
- ILO. (2014). Safety and Health at Work: A Vision for Sustainable Prevention.http://www.ilo.org/WCMS_301214.html.
- Pratiwi, Rani. (2020). Hubungan Postur Kerja Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) Pada Pekerja Pembuat Pintu Di Jl.Pahlawan Kota Medan Tahun 2020. Medan: Universitas Islam Negeri Sumatera Utara.
- Rahayu, Ariana. (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) Pada Pedagang Pasar Niaga Daya Makassar. Skripsi, Kesehatan Masyarakat.
- Riskesdas. (2018). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta. Available at:<http://repository.litbang.kemkes.go.id/3514>.
- Riskesdas. (2018). Laporan Provinsi Sulawesi Selatan Riskesdas 2018. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan,2019. Available at: <http://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/lpb/article/view/3658>.
- Setiorini, Ayu, dkk. (2019). Analisis postur kerja dengan metode REBA dan gambaran keluhan subjektif musculoskeletal disorders (MSDs) (pada pekerja sentra industri tas Kendal tahun 2017. *Jurnal Kesehatan*, (1), 24-32.
- Suryanto, D., Ginanjar, R., & Fathimah, A. (2020). Hubungan Risiko Ergonomi Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) Pada Pekerja Informal Bengkel Las Di Kelurahan Sawangan Baru Dan Kelurahan Pasir Putih Kota Depok Tahun 2019. *Promotor*, 3(1), 41-49.