

## Hubungan antara Sikap Kerja dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders pada Pekerja Angkut Barang Toko Grosir Komodo di Denpasar

Dewa Ayu Sri Shita Meliani<sup>1</sup>, Suyasning Hastiko Indonesia<sup>2</sup>, Saktivi Harkitasari<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

<sup>2</sup>Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

<sup>3</sup>Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Warmadewa

Email<sup>1</sup> : dewaayusrishita@gmail.com

### Abstrak

Aktivitas kerja pekerja pengangkut barang di toko grosir Komodo di Denpasar tergolong postur kerja tradisional dengan gerakan berulang-ulang dan terkadang melakukan postur kerja yang buruk. Postur yang buruk memicu keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs). Penelitian ini bertujuan untuk membedakan hubungan antara postur kerja dengan MSDs. Metode penelitian yang digunakan adalah observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Postur kerja diukur menggunakan REBA (*Rapid Entire Body Assessment*) dan MSDs diukur menggunakan *Nordic Body Map* dengan Skala Likert. Pengambilan sampel dilakukan pada 41 pekerja dan data dianalisis menggunakan SPSS 22. Hasil penelitian menunjukkan sebagai berikut: ada hubungan yang signifikan antara postur kerja dengan MSDs ( $r=0.85$ ). Dapat direkomendasikan bahwa postur kerja seharusnya dengan pendekatan ergonomis.

**Kata kunci:** sikap kerja, MSDs

### Abstract

*The working activities of carrying load workers in Komodo whole sale shop in Denpasar are considered traditional work posture with repetitive movement and some time do poor work posture. The carrying posture triggers the complaint of Musculoskeletal disorders (MSDs). This study aims to distinguish the correlation between work posture and MSDs. The method of the study was analyzed observational which cross sectional approach. The work posture was measured using REBA (Rapid Entire Body Assessment) and MSDs were measured using Nordic Body Map with Likert Scale. The samples were carried out on 41 workers and the data were analyzed using SPSS 22. The results were showed as follows: there was a significant relationship between work posture and MSDs ( $r=0.85$ ). It could be recommended that the work posture should be ergonomic approach.*

**Keywords:** work attitude, MSDs

### PENDAHULUAN

*Musculoskeletal Disorders* (MSDs) atau gangguan muskuloskeletal adalah serangkaian rasa sakit pada otot, tendon, dan saraf. *Musculoskeletal Disorders* dapat menimbulkan keluhan pada bagian otot skeletal yang menimbulkan rasa tidak nyaman oleh seseorang, rasa sakit ini dapat menimbulkan berbagai keluhan dari keluhan ringan sampai dengan keluhan berat, disebabkan karena peregangan otot

yang terlalu berat dan durasi pembebanan yang terlalu lama, dapat menyebabkan kerusakan pada sendi, ligamen dan tendon.<sup>(1)</sup>

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2013 melaporkan prevalensi keluhan muskuloskeletal sebesar 11,9% dengan prevalensi tertinggi di Provinsi Bali yaitu sebesar 19,3%. Persentase nyeri punggung dan bahu pada pekerja angkut di Bali memberi hasil

persentase kejadian, 80%.<sup>(2)</sup> Kebanyakan faktor penyebab terjadinya keluhan MSDs juga dapat disebabkan karena pekerja bekerja dengan melakukan peregangan otot yang berlebihan, aktivitas yang berulang dan sikap kerja yang dilakukan tidak sesuai.<sup>(3)</sup>

Sikap kerja adalah berbagai posisi dari anggota tubuh selama melakukan aktivitas pekerjaannya. *Musculoskeletal disorders* merupakan salah satu penyakit akibat posisi atau sikap pekerja yang tidak ergonomik.<sup>(3)</sup> Sikap kerja yang salah ini banyak dialami oleh pekerja yang membutuhkan kekuatan berlebih yang mempengaruhi posisinya saat bekerja, salah satunya adalah pekerja angkut yang mengangkat barang lebih dari jumlah yang seharusnya. Pekerja angkut barang merupakan salah satu jenis pekerjaan yang memiliki risiko tinggi bagi pekerjaannya, karena dalam melakukan pekerjaannya pekerja angkut ini sering membungkuk dan memutar badannya. Dalam mengangkat barang, pekerja angkut ini membungkuk dengan menggunakan punggung sebagai penopang utama. Aktivitas tersebut terutama menggunakan otot tulang belakang sebagai penyangga. Otot tulang belakang ini fungsinya untuk memelihara postur tubuh, keseimbangan dan koordinasi. Sikap kerja tersebut memungkinkan pekerja angkut untuk berisiko terkena MSDs.<sup>(4)</sup>

Artikel ini melaporkan hasil penelitian tentang hubungan antara sikap kerja dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada pekerja angkut barang toko grosir komodo di Denpasar.

## METODE

Penelitian ini adalah merupakan observasional analitik dengan menggunakan desain *cross sectional*. Lokasi penelitian yakni pada Toko Grosir Komodo di Denpasar pada tanggal 11 November 2021. Pemilihan sampel dilaksanakan menggunakan teknik *total sampling sebanyak 41 orang yang* telah memenuhi syarat inklusi dan eksklusi. Data yang dikumpulkan adalah data primer.

*Penilaian MSDs* dengan menggunakan kuesioner *Nordic Body Map* dengan skala Likert dan untuk sikap kerja menggunakan *Rapid Entire Body Assessment (REBA)* yang di isi responden dibantu peneliti setelah responden menandatangani *informed consent*. Data dianalisis dengan cara univariat serta bivariat dengan menerapkan pengujian statistik *Spearman Correlation* dengan bantuan aplikasi SPSS.

## HASIL

Penelitian ini melibatkan 41 responden dari pekerja angkut barang Toko Grosir Komodo di Denpasar. Berikut hasil sebaran frekuensi ciri-ciri responden dalam penelitian.

Tabel 1. Karakteristik Umum Responden Penelitian dan Data Penelitian Responden

Parameter	n (%)
<b>Usia</b>	
20 – 29 Tahun	34 (82,9)
30 – 39 Tahun	7 (17,1)
40 – 49 Tahun	0 (0,0)
<b>Indeks massa tubuh (IMT)</b>	
Normal	33 (80,5)
Overweight	8 (19,5)
<b>Durasi Kerja</b>	
0 – 8 Jam	35 (85,4)
8 – 16 Jam	6 (14,6)
<b>Sikap Kerja</b>	
Risiko ringan	6 (14,6)
Risiko sedang	16 (39,0)
Risiko tinggi	19 (46,4)
Risiko sangat tinggi	0 (0,0)
<b>MSDs</b>	
Risiko rendah	6 (14,6)
Risiko sedang	13 (31,7)
Risiko tinggi	22 (53,7)
Risiko sangat tinggi	0 (0,0)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini berusia 20 – 29 Tahun yaitu sebanyak 34 (82,9%) orang dan responden lainnya berusia 30 – 39 Tahun, yaitu sebanyak 7 (17,1%) orang. Distribusi IMT responden menunjukkan responden yang memiliki IMT normal yaitu sebanyak 33 (80,5%) orang dan 8 (19,5%) orang responden yang memiliki IMT *overweight* (berat badan berlebih). Berdasarkan durasi kerja responden menunjukkan bahwa responden memiliki durasi kerja selama 0 – 8 jam yaitu

sebanyak 35 (85,4%) orang, dan 6 (14,6%) orang responden yang memiliki durasi kerja selama 8 – 16 jam. Sikap kerja responden dengan risiko ringan sebanyak 6 (14,6%) orang, risiko sedang sebanyak 16 (39%) orang, dan resiko berat sebanyak 19 (46,4%) orang. Selain itu dapat diketahui bahwa responden mengalami MSDs dalam kategori risiko tinggi yaitu sebanyak 22 (53,7%) orang, risiko sedang sebanyak 13 (31,7%) dan 6 (14,6%) orang responden yang mengalami MSDs dalam kategori risiko ringan.

Tabel 2. Uji Korelasi Antara Sikap Kerja Dengan Keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) Pada Responden Penelitian

Variabel	Keluhan MSDs	
	r	p-value
Sikap Kerja	0,847	0,001*

\*bermakna secara statistic

Hasil uji korelasi spearman menunjukkan nilai  $r=0,847$  dan nilai  $p<0,001$ .

## PEMBAHASAN

### Hubungan Antara Sikap Kerja dengan Keluhan Musculoskeletal Pada Pekerja Angkut Barang Toko Grosir Komodo di Denpasar

Buruh angkut merupakan salah satu bagian dari masyarakat yang perlu mendapat perhatian, karena proses kerja yang mereka lakukan banyak mengandung resiko terhadap status kesehatan, salah satunya keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) dengan gejala sakit pada punggung dan pinggang, ketegangan pada leher, sakit pergelangan tangan, lengan dan kaki, dan banyak keluhan lainnya.<sup>(5)</sup> Menurut Budiman (2015) gangguan muskuloskeletal ini terjadi pada bagian tubuh otot dan tulang yang mengalami penurunan sistem gerak.<sup>(6)</sup>

Penelitian menunjukkan bahwa semakin tinggi risiko sikap kerja yang dilakukan buruh angkut maka semakin tinggi pula risiko untuk mengalami kejadian *Musculoskeletal Disorders* (MSDs). Hal ini diperkuat dengan hasil uji *spearman correlation* yang menunjukkan

nilai sig pada saat uji *Spearman Correlation* sebesar 0,001 ( $< 0,05$ ). Dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,847 masuk pada kategori sangat kuat (erat). Sehingga menunjukkan adanya hubungan antara sikap kerja dengan keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) pada pekerja angkut barang Toko Grosir Komodo Di Denpasar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Budiman dan Jalajuwita (2015); Larono dan Safitri (2017); Oley, et.al., (2018) dan Rahmawati (2020) yang menyatakan adanya hubungan antara sikap kerja dengan kejadian *Musculoskeletal Disorders* (MSDs).<sup>(5)(6)(7)(8)</sup> Sikap kerja tidak ergonomis dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan keluhan *musculoskeletal disorders*. Pekerja yang mengalami keluhan *musculoskeletal disorders* dihitung menggunakan lembar kuesioner *Nordic Body Map* (NBM). Bagian tubuh yang paling banyak di keluhkan oleh pekerja pengangkut barang adalah bagian punggung, pinggang, bahu, lengan dan leher. Namun ada juga pekerja yang melakukan pekerjaannya dengan sikap kerja yang ergonomis seperti bertumpu pada kedua kaki serta posisi punggung dan pinggang lurus.<sup>(9)</sup>

Sikap kerja adalah berbagai posisi dari anggota tubuh selama melakukan aktivitas pekerjaannya. *Musculoskeletal disorders* merupakan salah satu penyakit akibat posisi atau sikap pekerja yang tidak ergonomis.<sup>(10)</sup> Sikap kerja yang salah ini banyak dialami oleh pekerja yang membutuhkan kekuatan berlebih yang mempengaruhi posisinya saat bekerja.

Pekerja angkut barang merupakan salah satu jenis pekerjaan yang memiliki risiko tingi bagi pekerjaannya, karena dalam melakukan pekerjaannya pekerja angkut ini sering membungkuk dan memutar badannya. Dalam mengangkat barang, pekerja angkut ini membungkuk dengan menggunakan punggung sebagai penopang utama. Aktivitas tersebut terutama menggunakan otot tulang belakang sebagai penyangga. Otot tulang belakang ini fungsinya untuk memelihara

postur tubuh, keseimbangan dan koordinasi. Sikap kerja tersebut memungkinkan pekerja angkut untuk berisiko terkena MSDs.<sup>(11)</sup>

Kelebihan penelitian sekarang dengan penelitian sebelumnya terletak pada rentang penilaian untuk sikap kerja dan keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) yang menggunakan empat (4) penilaian yaitu ringan, sedang, berat dan sangat berat, sedangkan penelitian-penelitian yang sebelumnya hanya menggunakan dua penilaian seperti ada keluhan dan tidak ada keluhan, serta paling banyak menggunakan 3 penilaian seperti ringan, sedang dan berat.

### Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya meliputi salah satu dari beragam faktor risiko yang dapat menyebabkan MSDs yaitu sikap kerja, sedangkan faktor risiko lainnya tidak dianalisis seperti jenis kelamin, usia, masa kerja, durasi kerja, durasi istirahat, dan, karakteristik lingkungan kerja. Pada penelitian ini juga terdapat variabel lain yang belum dapat dikontrol oleh peneliti seperti perbedaan kemampuan pegawai untuk menghadapi tuntutan pekerjaan dan istirahat curian yang luput dari pengawasan peneliti sehingga dapat mempengaruhi hasil penelitian.

### SIMPULAN

Sebagian besar responden memiliki sikap kerja yang tergolong dalam risiko tinggi yaitu sebanyak 46,4% orang dan termasuk sikap kerja yang non ergonomis sehingga membutuhkan investigasi dengan segera dan perubahan dari sikap kerja. Sebanyak 14,6% orang tergolong dalam resiko rendah termasuk sikap kerja yang ergonomis.

Sebagian besar responden mengalami MSDs dalam kategori risiko tinggi yaitu sebanyak 53,7% orang, sedangkan 31,7% orang responden lainnya mengalami MSDs dalam kategori risiko sedang, hanya 14,6% orang responden yang mengalami MSDs dalam kategori risiko ringan.

Terdapat hubungan yang kuat dan

bermakna antara sikap kerja dengan keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) pada pekerja angkut barang Toko Grosir Komodo Di Denpasar. Disarankan bahwa untuk menurunkan risiko yang tinggi sebaiknya ada perbaikan sikap kerja dengan pendekatan yang lebih ergonomis.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diucapkan untuk Toko Grosir Komodo Denpasar yang telah memberikan izin sebagai tempat penelitian, dosen pembimbing dan penguji yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Fernandes G. *Musculoskeletal Disorders*. Dent Clin NA. 2018;
2. Yanti NKD, Muliawan P. Keluhan Kesehatan Dan Gangguan Muskuloskeletal Pada Pekerja Tukang Suun Di Pasar Badung Tahun 2013 Ni. 2014;II(1):85–95.
3. Gladys S, Kattang P, Kawatu PAT, Tucunan AAT. Hubungan Antara Masa Kerja Dan Beban Kerja Dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Pengrajin Gerabah Di Desa Pulutan Kecamatan Remboken Kabupaten Minahasa. 7.
4. Sari EN, Handayani L, Saufi A. Hubungan Antara Umur dan Masa Kerja dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders ( MSDs ) pada Pekerja Laundry Correlation Between Age and Working Periods with Musculoskeletal Disorders ( MSDs ) in Laundry Workers. (9):183–94.
5. Rahmawati U. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders Pekerja Pengangkut Barang Di Pasar Panorama Kota Bengkulu Ullya Rahmawati Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Jl Tatabumi No . 3 Banyuraden Gamping Sleman Di Yogyakarta 405015 Pendahuluan B. 2020;17(1):49–56.
6. Budiman F. *Musculoskeletal*

- Disorders Pada Nelayan. 2015;23–32.
7. Larono Bcd, Pinontoan Or, Boky H. Hubungan Sikap Kerja Dengan Keluhan Muskuloskeletal Disorder Pada Pekerja Buruh Di Pelabuhan Laut Manado Keluhan Muskuloskeletal Adalah Keluhan Pada Bagian Otot Rangka Apabila Otot Menerima Beban Dalam Jangka Waktu Yang Lama Yang Akan Menyebabkan Keluhan . 2017;1–5.
  8. Oley Ra, Suoth Lf, Asrifuddin A. Keluhan Musculoskeletal Pada Nelayan Di Kelurahan Batukota Kecamatan Lembeh Utara Kota Bitung Tahun 2018. [Internet]. 2018 [cited 2021 December 10] Available from: <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/kesmas/article/viewFile/22505/22196>
  9. Safitri A, Prasetyo E. Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Musculoskeletal Disorders (Msd) Di Bagian Finishing Unit Coating Pt. Pura Barutama Kudus. 2017;2(5). Available From: [Http://Jurnal.Stikeskendekiautamakudus.Ac.Id/](http://Jurnal.Stikeskendekiautamakudus.Ac.Id/)
  10. Ramadhani Kf, Widjasena B, Jayanti S. Hubungan Durasi Kerja, Frekuensi Repetisi Dan Sudut Bahu Dengan Keluhan Nyeri Bahu Pada Pkerja Batik Bagian Canting Di Kampoeng Batik Laweyan Surakarta. J Kesehat Masy. 2017;5(5):215–25.
  11. Majid A, Arifah Da. Analisis Postur Kerja Pada Pekerjaan Manual Handling Di Area Workshop Pt . X Dengan Menggunakan Metode Reba Universitas Darussalam Gontor Posture Analysis Of Manual Handling At Pt . X ' S Workshop By Reba Method. J Ind Hyg Occup Heal. 2018;2(2):177–91.