

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kelelahan kerja menjadi salah satu masalah kesehatan yang perlu dikendalikan dengan baik karena dapat mengakibatkan berbagai masalah seperti kehilangan efisiensi dalam bekerja, penurunan produktivitas dan penurunan kapasitas kerja serta kemampuan kesehatan yang menyebabkan kecelakaan kerja (Syuhada dan R. Setijo, 2019). *International Labour Organization* (ILO) tahun 2019 melaporkan bahwa setiap tahun 2 juta orang meninggal karena kelelahan kerja. Kasus di Indonesia tahun 2019 dari 847 kasus kecelakaan kerja yang terjadi 36% disebabkan oleh kelelahan sedangkan 64% kasus lainnya disebabkan oleh hal lain (Linoe dkk, 2022). Dinas Ketenagakerjaan dan Transmigrasi (Disnakertrans) Jawa Timur mengklaim, kasus kecelakaan kerja sepanjang tahun 2019 tercatat sebanyak 21.631 kasus, angka tersebut naik sekitar 200 kasus dibandingkan tahun sebelumnya (Disnakertrans Jatim, 2020).

Ismiarni dkk (2019), menjelaskan bahwa ada dua jenis kelelahan yang terjadi akibat suatu pekerjaan, yaitu kelelahan umum (seperti letih, tidak bergairah) dan kelelahan otot yang ditandai dengan rasa pegal-pegal dan jika diabaikan secara terus-menerus tanpa pemulihan yang cukup akan menciderai sistem rangka, atau yang sering disebut dengan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs). Sementara kelelahan kerja menurut Setyawati (2019) disebabkan oleh beberapa faktor yaitu, faktor internal terdiri dari: somatis atau faktor fisik, gizi, jenis kelamin, usia, pengetahuan, dan sikap atau gaya hidup. Kemudian faktor

eksternal seperti keadaan fisik, lingkungan kerja (kebisingan, suhu, pencahayaan, faktor kimia, zat beracun), faktor biologi (bakteri dan jamur), faktor ergonomi, kategori pekerjaan, sifat pekerjaan, disiplin atau peraturan perusahaan, upah, hubungan sosial, dan posisi kerja atau kedudukan.

Sikap kerja umumnya berkaitan dengan karakteristik tuntutan tugas, alat kerja dan stasiun kerja tidak sesuai dengan kemampuan dan keterbatasan pekerja berpotensi menimbulkan keluhan otot serta berdampak kecelakaan di tempat kerja (Entianopa dkk, 2020). Pekerjaan dalam waktu lama dengan posisi yang tetap/sama baik berdiri maupun duduk akan menyebabkan ketidaknyamanan. Sikap kerja berdiri dalam waktu lama akan membuat pekerja selalu berusaha menyeimbangkan posisi tubuhnya sehingga menyebabkan terjadinya beban kerja statis pada otot-otot punggung dan kaki, kondisi tersebut juga menyebabkan pengumpulan darah pada anggota tubuh bagian bawah (Masaki dkk, 2019).

Sakit akibat kerja daripada sikap kerja yang berdiri memiliki korelasi serta frekuensi kejadiannya paling tinggi adalah sakit atau nyeri pada otot punggung (Imam, 2020). Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitiannya Entianopa dkk (2020) bahwa 60,27% responden mengalami kelelahan otot punggung kategori sedang dan terdapat hubungan yang signifikan antara sikap kerja (berdiri) dengan kelelahan otot punggung pada pekerja yang ditunjukkan nilai statistik $p\text{-Value} < 0,05$. Hasil penelitian Salam dan Nukhe (2020) juga ditemukan hasil pengukuran dengan menggunakan pendekatan biomekanika, 92% kelelahan otot punggung pada Tentara Nasional Indonesia mengalami sakit dan membutuhkan perbaikan segera. Posisi tubuh, sikap kerja/latihan militer yang tidak tepat dan terlalu lama menyebabkan nyeri pada anggota tubuh anggota prajurit khususnya

otot punggung dan menimbulkan efek negatif pada kesehatan. Ismiarni dkk (2019) hasil penelitiannya menunjukkan kelelahan otot punggung pekerja sebesar 51,9% dalam kategori sangat tinggi, secara statistik hubungan antara postur kerja yang janggal (seperti: membungkuk dan memutar punggung) dengan kelelahan otot punggung adalah signifikan dengan $p < 0,05$.

Hasil studi pendahuluan peneliti di bulan September 2022 dengan mewawancarai 20 karyawan bagian *packing* PT. Bagindo Tuban yang terdiri dari 10 orang masing-masing laki-laki dan perempuan diperoleh keterangan bahwa dari 20 karyawan, 76% diantaranya mengalami kelelahan otot punggung saat bekerja. Peneliti juga menemukan bahwa karyawan didominasi oleh perempuan, usia produktif (30 tahun) dengan rata-rata lama kerja lebih dari 1 tahun. Karyawan bagian *packing* tersebut bekerja 8 jam/hari dengan posisi berdiri, lebih tinggi risiko mengalami kelelahan otot punggung bila dibandingkan dengan karyawan bagian lainnya, seperti bagian sanitasi, pencatat timbangan ikan dan gudang dengan sikap kerja yang variatif (berdiri dan duduk).

Melakukan *stretching* atau peregangan otot 5 sampai dengan 10 menit untuk pekerja, merupakan upaya efektif dalam menghindari permasalahan kelelahan otot punggung akibat kegiatan bekerja. Keluhan otot terjadi karena otot menerima tekanan akibat beban kerja secara terus menerus tanpa memperoleh kesempatan untuk relaksasi (Ismiarni dkk, 2019). Entianopa dkk (2020) berpendapat bahwa untuk menjaga agar pekerja tidak mengalami berbagai macam keluhan misalnya otot punggung, sebaiknya dapat memberikan pengetahuan kepada pekerja tentang aktivitas berulang, untuk mengurangi beban fisik yang

menimbulkan keluhan kelelahan, dilakukan pengamatan postur tubuh, serta umur pada pekerja.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka perlu untuk dilakukan penelitian mengenai “Hubungan Sikap Kerja dengan Kelelahan Otot Punggung pada Karyawan Proses *Packing* PT. Bagindo Tuban”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Hubungan Sikap Kerja dengan Kelelahan Otot Punggung pada Karyawan Proses *Packing* PT. Bagindo Tuban?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan sikap kerja dengan kelelahan otot punggung pada karyawan proses *Packing* PT. Bagindo Tuban.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi sikap kerja pada karyawan proses *Packing* PT. Bagindo Tuban.
2. Mengidentifikasi kelelahan otot punggung pada karyawan proses *Packing* PT. Bagindo Tuban.
3. Menganalisis hubungan sikap kerja dengan kelelahan otot punggung pada karyawan proses *Packing* PT. Bagindo Tuban.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk memberikan informasi terkait ergonomi terutama pada sikap kerja dengan kelelahan otot punggung pada karyawan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Tenaga Kerja

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi tenaga kerja khususnya dalam penatalaksanaan kelelahan kerja beserta faktor risikonya.

2. Bagi Dinas Tenaga Kerja

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai masukan dalam membuat kebijakan perencanaan, monitoring, evaluasi serta pengendalian teknis di bidang ketenagakerjaan khususnya mengenai penerapan kesehatan dan keselamatan kerja berdasarkan pekerjaan yang menimbulkan kelelahan.

3. Bagi Peneliti

Penelitian ini sebagai sarana untuk mengaplikasikan pengetahuan teroretis masalah sumber daya manusia, khususnya mengenai kesehatan dan keselamatan kerja bagi tenaga kerja. Hasil penelitian ini juga bisa digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.