

BAB III

TOPIK BAHASAN

3.1 Latar Belakang

Dalam era digital saat ini, kemajuan perangkat teknologi seperti komputer dan laptop telah menjadi peran penting tak terpisahkan dari dunia kerja. Salah satu teknologi yang memberikan banyak kemudahan dalam mendukung aktivitas manusia, terutama di bidang perkantoran. Penggunaan perangkat ini yang semakin intensif membantu mempercepat proses kerja, namun di sisi lain juga berpotensi menimbulkan masalah kesehatan bagi para pekerja jika tidak digunakan dengan cara yang tepat.

Sejalan dengan kemajuan tersebut, penggunaan perangkat elektronik di tempat kerja pun semakin meningkat. Akibatnya, banyak karyawan yang bekerja dalam posisi duduk selama berjam-jam, sering kali tanpa didukung oleh penataan ruang kerja yang ergonomis. Dalam kondisi ini, sebagian besar waktu kerja dihabiskan di depan layar komputer. Kebiasaan duduk dalam jangka waktu lama tanpa cukup gerakan fisik dapat memicu berbagai masalah kesehatan, seperti peningkatan risiko

obesitas serta gangguan pada sistem otot dan tulang, terutama di area punggung bawah (Fadilah et al., 2024)

Penyakit akibat pekerjaan yang umum dialami oleh pekerja kantoran umumnya disebabkan oleh postur tubuh yang tidak tepat, gerakan yang dilakukan secara berulang, serta posisi duduk yang statis dalam waktu lama. Evaluasi terhadap potensi bahaya bagi pekerja kantoran mencakup peninjauan terhadap peralatan yang digunakan, seperti monitor, meja, kursi, keyboard, dan mouse. Semua peralatan tersebut harus dirancang secara ergonomis agar dapat digunakan secara aman dan nyaman oleh pengguna. Apabila lingkungan kerja dan perlengkapan kerja tidak sesuai dengan prinsip ergonomi, maka pekerja berisiko mengalami berbagai keluhan, baik yang bersifat fisik seperti nyeri otot maupun keluhan psikososial. (Imawan, 2023).

Risiko ergonomi dalam lingkungan kerja dan postur kerja sering kali kurang mendapatkan perhatian yang memadai. Padahal, posisi kerja yang tidak ergonomis dapat menyebabkan Penyakit Akibat Kerja (PAK) seperti Musculoskeletal Disorders (MSDs). Dimana kondisi tersebut berdampak langsung terhadap produktivitas

karyawan dan memperlambat proses penyelesaian pekerjaan.

Pada struktur organisasi di CV. Inna Jaya Engineering terdapat bagian Operasional Office yang juga bekerja dalam lingkup kantor. Dimana dalam melakukan tugas tersebut membutuhkan bantuan komputer/laptop dengan jam kerja selama 9 jam per hari dari pukul 07.00 – 16.00 WIB didepan komputer sehingga rentan terhadap cedera otot dalam melakukan pekerjaannya tersebut.

Setelah dilakukan observasi dan wawancara non formal dengan pekerja Operasional Office didapatkan informasi bahwa terdapat keluhan dalam kinerjanya yaitu pekerja seringkali merasakan sakit pada bagian tertentu diantaranya nyeri kepala, ketegangan pada leher, nyeri punggung, lengan, bahu, kepala bagian belakang, nyeri otot, dan kesulitan berkonsentrasi. Keluhan yang dirasakan pekerja disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya diakibatkan dari fasilitas perusahaan yang kurang memadai.

Terdapat berbagai metode yang digunakan untuk menilai postur kerja, khususnya dalam lingkungan kerja perkantoran. Salah satu metode yang banyak digunakan adalah *Rapid Office Strain Assessment* (ROSA). Metode

ini dikenal sebagai pendekatan cepat dalam mengidentifikasi tingkat risiko ergonomi pada lingkungan kerja kantor, yang penilaiannya didasarkan pada komponen-komponen penting seperti kursi, layar monitor, mouse, keyboard, dan telepon. Untuk mendukung proses identifikasi awal, biasanya digunakan kuesioner subjektif seperti *Cornell Musculoskeletal Discomfort Questionnaire* (CMDQ) yang bertujuan mengetahui bagian tubuh mana yang paling sering mengalami keluhan. Setelah data terkumpul, dilakukan pengolahan menggunakan metode ROSA. Penilaian akhir memberikan skor antara 1 hingga 10, apabila hasil penilaian menunjukkan skor lebih dari 5, maka postur kerja dinyatakan berisiko dan memerlukan intervensi segera. Sebaliknya, skor di bawah 5 menunjukkan bahwa postur kerja relatif aman dan belum membutuhkan tindakan perbaikan dalam waktu dekat (Ferdiantika & Puspitasari, 2024)

3.2 Perumusan Masalah

Dari latar belakang diatas, diketahui bahwa ada beberapa pekerja yang mengalami keluhan berupa nyeri yang cukup tinggi saat bekerja. Hal ini diakibatkan dari

fasilitas perusahaan yang kurang memadai. Maka dari itu, rumusan masalah pada penelitian ini yaitu :

1. Mengidentifikasi apa saja keluhan yang dirasa sakit pada bagian tubuh karyawan CV. Inna Jaya Engineering dengan menggunakan kuisioner *Cornell Musculoskeletal Discomfort Questionnaire* (CMDQ) ?
2. Berapa tingkat risiko postur kerja karyawan CV. Inna Jaya Engineering dengan menggunakan metode *Rapid Office Strain Assesment* (ROSA) ?
3. Bagaimana usulan perbaikan dan penataan fasilitas kerja untuk karyawan CV. Inna Jaya Engineering agar mendapatkan postur kerja tubuh yang lebih nyaman dan ergonomis ?

3.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu:

1. Mengidentifikasi keluhan rasa sakit yang paling sering dialami oleh karyawan CV. Inna Jaya Engineering pada bagian tubuh tertentu dengan kuisioner *Cornell Musculoskeletal Discomfort Questionnaire* (CMDQ).
2. Menentukan tingkat risiko dari postur kerja yang tidak ergonomis pada karyawan CV. Inna Jaya

Engineering dengan pendekatan metode *Rapid Office Strain Assessment* (ROSA).

3. Memberikan usulan serta perbaikan stasiun kerja guna meningkatkan kenyamanan dan mendukung postur kerja yang ergonomis bagi karyawan CV. Inna Jaya Engineering selama menjalankan aktivitas kerjanya.

3.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dilakukannya dari penelitian ini yaitu:

1. Mengetahui keluhan rasa sakit yang paling sering dialami oleh karyawan CV. Inna Jaya Engineering pada bagian tubuh tertentu dengan kuisioner *Cornell Musculoskeletal Discomfort Questionnaire* (CMDQ).
2. Mengetahui tingkat risiko dari postur kerja yang tidak ergonomis pada karyawan CV. Inna Jaya Engineering dengan pendekatan metode *Rapid Office Strain Assessment* (ROSA).
3. Mengetahui usulan serta perbaikan stasiun kerja guna meningkatkan kenyamanan dan mendukung postur kerja yang ergonomis bagi karyawan CV.

Inna Jaya Engineering selama menjalankan aktivitas kerjanya.

3.5 Batasan Masalah

Pembatasan masalah sebagai tujuan pertama agar tidak ada hal yang menyimpang pada penelitian yaitu :

1. Penelitian ini dilaksanakan di kantor CV. Inna Jaya Engineering dan difokuskan pada karyawan bagian Operasional Office.
2. Penelitian dilakukan hanya pada usulan untuk meminimalisir keluhan yang dirasakan oleh pekerja.
3. Periode pengambilan data yaitu pada bulan April-Juni 2025.

3.6 Asumsi-Asumsi

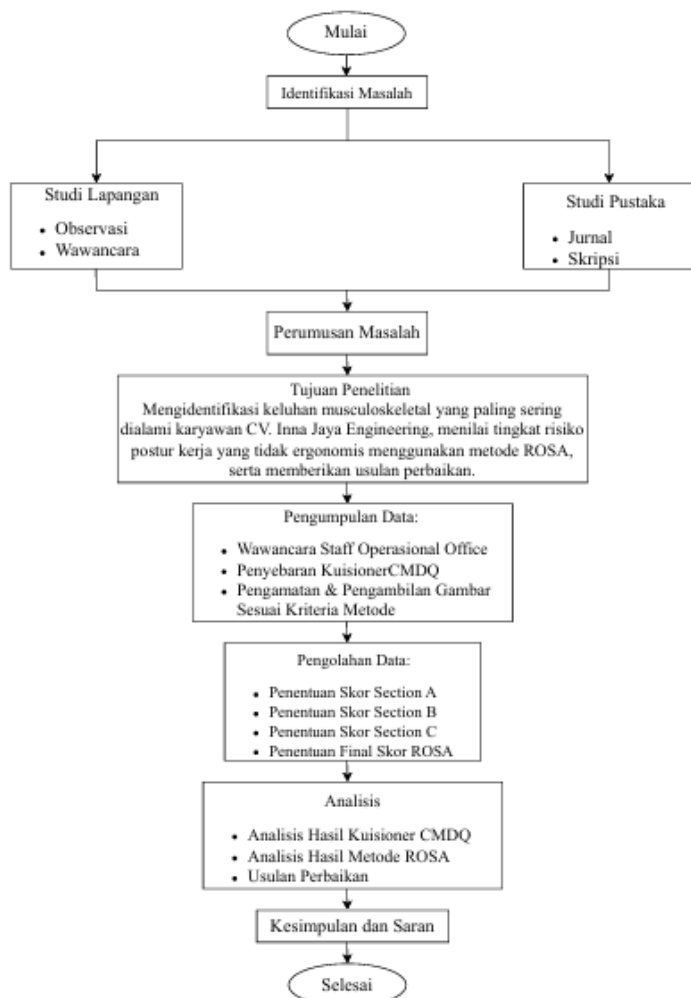
Dalam penelitian ada beberapa asumsi yang digunakan, antara lain:

1. Selama periode penelitian, kebijakan perusahaan tidak mengalami perubahan.
2. Seluruh aktivitas pekerjaan dilakukan oleh karyawan yang sama tanpa adanya pergantian personel selama penelitian berlangsung.

3. Tidak ada perubahan tata letak fasilitas selama penelitian berlangsung.



3.7 Skenario Penyelesaian



Gambar 3. 1 Flowchart Penelitian

Berikut ini merupakan penjelasan dari langkah-langkah skenario penyelesaian diatas:

1. Identifikasi Masalah

Penelitian ini dilakukan secara langsung di CV. Inna Jaya Engineering untuk memperoleh pemahaman awal mengenai alur kerja yang berlangsung. Setelah dilakukan pengamatan, ditemukan permasalahan yang memerlukan penanganan, yaitu postur kerja karyawan yang tidak ergonomis, yang menimbulkan keluhan dan berpotensi mengurangi tingkat produktivitas kerja.

2. Studi Lapangan

Pada tahap ini dilakukan observasi langsung di lingkungan kerja kantor untuk memahami alur proses kerja yang berlangsung, disertai wawancara dengan karyawan guna menggali keluhan yang dirasakan. Selain itu, dilakukan pula dokumentasi sebagai upaya untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam terkait topik penelitian.

3. Studi Pustaka

Tahap ini melibatkan studi pustaka yang mendalam terhadap berbagai referensi ilmiah yang berkaitan dengan postur kerja, termasuk di dalamnya jurnal-jurnal penelitian dan skripsi terdahulu yang membahas penerapan metode

Rapid Office Strain Assessment (ROSA) dalam konteks ergonomi kerja.

4. Perumusan Masalah

Tahap ini merumuskan masalah penelitian yaitu bagaimana melakukan analisis postur kerja karyawan CV. Inna Jaya Engineering dengan menggunakan metode *Rapid Office Strain Assessment* (ROSA).

5. Tujuan Penelitian

Tahap ini menetapkan tujuan penelitian, yaitu mengidentifikasi keluhan pada bagian tubuh karyawan dengan menggunakan kuisioner *Cornell Musculoskeletal Discomfort Questionnaire* (CMDQ), mengetahui berapa tingkat risiko postur kerja karyawan dengan menggunakan metode *Rapid Office Strain Assesment* (ROSA) dan memberikan usulan perbaikan agar lebih nyaman dan ergonomis guna mengurangi resiko cedera.

6. Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilaksanakan dengan observasi langsung dan tanya jawab dengan anggota staff yang terlibat dan diperoleh hasil keluhan rasa sakit dari pekerjaan yang dialami dengan penyebaran kuisioner *Cornell Musculoskeletal Discomfort Questionnaire* (CMDQ), serta dokumentasi aktivitas kerja guna

mengidentifikasi postur kerja tubuh karyawan dengan metode *Rapid Office Strain Assessment* (ROSA).

7. Pengolahan Data

Pengolahan data sesuai dengan metode yang akan diangkat untuk memecahkan masalah. Yakni *Rapid Office Strain Assessment* (ROSA). Tahapan analisis metode ROSA :

- a. Penentuan skor bagian A (*chair score*) digunakan untuk mencari skor kursi.
- b. Penentuan skor bagian B digunakan untuk mencari skor monitor dan telephone.
- c. Penentuan skor bagian C digunakan untuk mencari skor mouse dan keyboard.
- d. Penentuan final skor ROSA.

8. Analisis

Pada tahap ini menggunakan metode *Rapid Office Strain Assessment* (ROSA) guna mengetahui skor akhir yang mempengaruhi terjadinya keluhan dan gejala MSDS dengan pengisian kuisioner *Cornell Musculoskeletal Discomfort Questionnaire* (CMDQ) guna mengetahui level resiko dan pengambilan tindakan.

9. Kesimpulan dan Saran

Tahap ini memuat kesimpulan yang menjawab rumusan masalah serta memberikan saran yang dapat dijadikan acuan bagi peneliti selanjutnya maupun pihak perusahaan.

