

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Data Badan Penyelenggara Jaminan Sosial Ketenagakerjaan, sepanjang Januari hingga September 2021 terdapat 82 ribu kasus kecelekaan kerja dan 179 kasus penyakit akibat kerja yang 65 persen disebabkan oleh COVID-19. Menurut ILO, setiap tahun ada lebih dari 250 juta kecelakaan di tempat kerja dan lebih dari 160 juta pekerja menjadi sakit karena bahaya di tempat kerja. Terlebih lagi 1,2 juta pekerja meninggal akibat kecelakaan dan sakit di tempat kerja. Angka menunjukkan, biaya manusia dan sosial dari produksi terlalu tinggi.

Peningkatan risiko kecelakaan kerja sangat berpengaruh pada peningkatan jumlah kasus kecelakaan kerja, sebab memberi dampak kerugian bagi tenaga kerja dan perusahaan (BPJS Ketenagakerjaan, 2022). Tahun 2020 angka kecelakaan kerja berjumlah 221.740 kasus, kemudian pada tahun 2021 angka kecelakaan kerja meningkat menjadi 234.370, sedangkan yang terbaru pada tahun 2022 (s.d Bulan November) jumlah kecelakaan kerja tercatat sebesar 265.334. (BPJS Ketenagakerjaan, 2022).

Penyakit akibat kerja adalah penyakit yang disebabkan oleh pekerjaan dan/atau lingkungan kerja. Penyakit akibat kerja didiagnosis dan ditetapkan melalui tujuh langkah diagnosis yang mencakup penentuan diagnosis klinis, mengidentifikasi pajanan yang dialami pekerja di tempat kerja, penentuan hubungan antara pajanan dengan diagnosis klinis, besarnya pajanan, adakah faktor

dari individu yang berperan, pastikan tidak ada faktor lain yang berpengaruh diluar pekerjaan utama, dan terakhir adalah penentuan diagnosis okupasi. (Laporan Kemenkes,2022)

Penyebab penyakit akibat kerja dikelompokkan menjadi 5 golongan yaitu penyebab fisik (antara lain bising, getaran, radiasi pengion, radiasi non pengion, tekanan udara, suhu ekstrem), penyebab kimiawi yaitu berbagai bahan kimia, penyebab biologi (bakteri virus, jamur, parasit), penyebab ergonomik (antara lain seperti posisi janggal, gerakan berulang) serta penyebab psikososial (antaral ain beban kerja yang terlalu berat, pekerjaan monoton, stress kerja. (Laporan Kemenkes,2022)

Menurut Peraturan Presiden Indonesia No. 7 tahun 2019 penyakit Akibat Kerja (PAK) disebabkan dari pekerjaan, alat kerja, proses, bahan, ataupun lingkungan kerja yang tidak sesuai. Jenis penyakit yang dimaksud berasal dari pajanan faktor yang timbul dari aktivitas pekerjaan, sistem target organ, kanker akibat kerja dan spesifik lainnya. Pendapat lain mengatakan bahwa penyakit akibat kerja merupakan gangguan kesehatan yang terjadi baik jasmani dan rohani yang timbul akibat paparan aktivitas kerja atau yang berhubungan dengan pekerjaan.

Musculoskeletal disorders (MSDs) yakni salah satu Penyakit Akibat Kerja (PAK) berupa gangguan yang terjadi pada alat penggerak, otot, tendon, kerangka, tulang rawan, ligamen, saraf dan atau cakram tulang belakang. MSDs yang dapat diperburuk oleh pekerjaan, lingkungan kerja aktivitas berlebihan serta postur kerja yang tidak alamiah. Gangguan MSDs sering kali berasal dari multifaktor dan

dipengaruhi oleh faktor risiko termasuk biomekanik, psikososial, dan individu yang ditandai dengan rasa sakit dan hilangnya fungsi fisik dalam tubuh, sehingga membatasi aktivitas seseorang (Hutting & Johnston, 2019). Pada umumnya keluhan yang terjadi berupa nyeri punggung, nyeri pada bahu, nyeri leher, siku dan kaki. Punggung dan lengan menjadi bagian tubuh atas yang sangat rentan terhadap risiko MSDs.

Penyakit dengan keluhan MSDs menempati posisi paling tinggi penyumbang angka kesakitan yang berhubungan dengan tempat kerja dan hingga saat ini masih menjadi masalah global (Laksana & Srisantyorini, 2020). Dari 3 seluruh Penyakit Akibat Kerja (PAK), MSDs berkontribusi sebesar 42%-58% dan biaya kerugian akibat musculoskeletal disorders mencapai rata-rata 14.726 dolar atau 150 juta rupiah per tahun (Sekaaram & Ani, 2017). Laporan statistik *Labour Force Survey* (LFS) Great Britain pada tahun 2017 prevalensi kasus MSDs yang terjadi pada pekerja sangat tinggi yaitu 1.144.000 kasus (LFS, 2017). Sebanyak 493.000 kasus menyerang bagian punggung, sebanyak 426.000 kasus menyerang anggota tubuh bagian leher, dan sebanyak 224.000 kasus terjadi pada punggung bagian bawah (Ferusgel, 2020).

Di masa yang telah menjadi maju serta didukung berkembangnya teknologi yang sangat pesat ini, manusia dituntut untuk terus dapat mengikuti perkembangan sesuai zamannya. Perkembangan terbaru dalam teknologi data menampilkan kenaikan dalam pemakaian pc saat bekerja. Peningkatan frekuensi penggunaan Komputer saat bekerja berbeda di seluruh pekerjaan, dengan 60%

dalam pembelajaran, 70% dalam kesehatan, dan 90% dalam administrasi publik, layanan data, layanan profesional, jasa keuangan, industri, dan lain-lain.

Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) adalah lembaga pemerintah non departemen yang menangani penanggulangan bencana baik di wilayah provinsi maupun kabupaten/kota sesuai dengan kebijakan Badan Nasional Penanggulangan Bencana. BPBD Kota Medan dibagi menjadi empat bagian: pencegahan dan persiapan, bencana dan operasi, rehabilitasi dan pembangunan kembali. Setiap bidang memiliki tenaga administrasi dan jumlah seluruh pekerja di BPBD Kota Medan sebanyak 103 pekerja.

Diketahui banyak pekerja kantor menghabiskan lebih dari 75% waktu kerja mereka duduk di depan PC, posisi berdiri saat memfotocopy, menyusun dokumen dan mengangkat beban seperti berkas-berkas yang akan disusun ke dalam lemari. Salah satu efek dari penggunaan komputer, posisi berdiri ketika memfotocopy, menyusun dokumen dan mengangkat beban seperti berkas-berkas yang akan disusun ke dalam lemari dalam waktu yang lumayan lama ialah munculnya resiko nyeri pada otot, kesemutan, sakit-sakit serta pegal pada sebagian bagian dari badan semacam pada bagian leher, bahu serta punggung dasar, kaki. Karena postur badan yang tidak alamiah hendak menimbulkan sakit, ataupun biasa kita tahu dengan istilah muscoluskeletal disorders (MSDs). Office ergonomics ialah pelaksanaan dari ilmu ergonomi yang meliputi totalitas area kerja serta perlengkapan kerja yang digunakan semacam fitur PC serta desain kursi.

Frekuensi yang besar saat pemakaian PC, posisi berdiri sedang memfotocopy, menyusun dokumen serta mengangkat beban semacam berkas-berkas yang disusun yang tidak mencermati sisi ergonomi dalam bekerja menyebabkan terdapatnya efek yang dialami oleh pengguna. Pengguna merasakan kelelahan yang cukup tinggi semacam, sakit kepala, ketegangan pada leher, punggung, lengan, bahu, nyeri otot, serta bagian yang berhubungan langsung dengan pekerjaan. Bahaya bekerja dikantor biasanya disebabkan oleh postur tubuh kerja yang salah, gerakan berulang, dan posisi yang selalu ditahan dalam waktu lama. Bahaya pekerjaan kantor juga dipengaruhi oleh alat-alat yang digunakan, seperti mouse, keyboard, display, meja kursi komputer, dan mesin fotokopi. Masing-masing alat tersebut memiliki kriteria ergonomis sehingga pengguna dapat menggunakannya dengan aman.

Menurut Undang- Undang Nomor. 13 tahun 2003 pasal 77 hingga pasal 85 melaporkan kalau, 8 jam kerja dalam 1 hari ataupun 40 jam kerja dalam 1 pekan buat 5 hari kerja dalam 1 pekan. Pada survey awal ini, dilakukan pengamatan terhadap pegawai kantor BPBD Kota Medan, yang bekerja sepanjang 8 jam perharinya dengan memakai PC serta mesin fotocopy. Dan untuk pekerja lapangan di bidang siaga bencana bekerja selama 12 jam perhari.

Hasil penelitian Rahayu,dkk (2020) menunjukkan bahwa terdapat variabel yang berhubungan dengan keluhan MSDs adalah usia, sedangkan jenis kelamin, IMT, aktivitas fisik, dan durasi kerja tidak memiliki hubungan dengan keluhan musculoskeletal disorders. Sebaiknya pegawai melakukan aktivitas fisik sebanyak 3 kali seminggu, perlu menata ulang kembali desain tempat kerja sehingga dapat

mengurangi adanya postur janggal, dan lebih memperhatikan posisi tubuh saat bekerja. Postur kerja sangat berhubungan dengan keluhan MSDs pada pegawai administrasi perlu dilakukan pemantauan dan perbaikan sehingga dapat mengurangi keluhan MSDs pada pekerja serta pekerja harus memperhatikan pekerjaan secara ergonomis. (Dewi, 2019).

Program K3 pemberian intervensi senam ergonomi dan peregangan ditempat kerja efektif untuk menurunkan nyeri akibat gangguan MSDs (Muskuloskeletal Disorders). Dari kelompok perlakuan dapat dinyatakan bahwa senam peregangan ditempat kerja yang dilakukan sebanyak 2 kali sehari selama kurun waktu 1 bulan efektif untuk membantu penurunan keluhan MSDs pada staf dosen. Senam peregangan ditempat kerja adalah tindakan peregangan diantara waktu bekerja (merupakan pembiasaan aktivitas fisik di tempat kerja) untuk melancarkan sirkulasi darah sehingga membantu mengendurkan ketegangan syaraf dan melatih otot agar lebih kuat sehingga tidak mudah lelah saat bekerja (Priyoto, 2019). Hasil menunjukkan senam ergonomi dapat menurunkan nyeri MSDs pada pekerja yang mengalami nyeri musculoskeletal. (Kirandri, 2021).

Survey awal dilakukan pada pegawai kantor BPBD Kota Medan yang beralamat di Jl. Rahmad, Medan Tenggara, Kec. Medan Denai, Kota Medan, Sumatera Utara 20226, dengan wawancara mendalam menggunakan NBM (*Nordic Body Map*). Sumber data yang digunakan pada survey awal ini yaitu menggunakan data primer, teknik pengumpulan data menggunakan yaitu menggunakan wawancara dan observasi langsung di kantor BPBD Kota Medan menggunakan kuesioner untuk mengumpulkan data dari 20 responden, ditentukan

bahwa setiap orang memiliki keluhan MSDs. Tiga responden (15%) memiliki keluhan MSDs rendah, delapan responden (40%) memiliki keluhan MSDs sedang, delapan responden (40%) memiliki keluhan MSDs tinggi, dan satu responden (5%) memiliki keluhan MSDs sangat tinggi. Indikator keluhan MSDs pada penelitian ini didasarkan pada 28 lokasi pada tubuh responden sesuai dengan format kuesioner *Nordic Body Map*.

Berdasarkan survey awal tersebut, mayoritas (10%) bekerja dengan risiko postur rendah, (50%) bekerja dengan risiko postur sedang, (35%) bekerja dengan risiko postur tinggi, dan (5%) bekerja dengan tingkat resiko postur sangat tinggi dari 20 pegawai yang bekerja di BPBD Kota Medan. Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) dari persentase responden yang tinggi berada pada tingkat sedang (40%) memerlukan pemeriksaan dan perubahan kondisi berbahaya dan pada tingkat tinggi (40%) memerlukan pemeriksaan segera dan perubahan kondisi berbahaya.

Berdasarkan analisis survey awal peneliti dikantor BPBD Kota medan dengan metode observasi dan wawancara menggunakan angket terdapat satu pekerja pernah mengalami kecelakaan kerja ringan yaitu terjepit pintu pada saat penyelamatan kebakaran rumah warga, sedangkan untuk pekerja kantor risiko penyakit akibat kerja yaitu keluhan MSDs terjadi pada sabagian pekerja.

Keluhan MSDs di rasakan pekerja namun program Keselamatan dan Kesehatan Kerja untuk pencegahan dan pengendaliannya tidak ada dilakukan, hal inilah yang menjadi masalah kesehatan kerja yang dialami pekerja kantor BPBD Kota Medan, sehingga perlu dilakukan pengendalian strategi penurunan keluhan

MSDs dengan pelaksanaan program K3 khususnya program dalam mengurangi keluhan MSDs yaitu perbaikan postur kerja dan pelaksanaan senam ergonomi/peregangan.

Strategi program K3 tersebut juga diharapkan dapat memacu meningkatkan kesehatan dari pekerja yang bersangkutan. Selain itu, kesejahteraan yang diberikan hendaknya bermanfaat dan mendorong tercapainya tujuan Kantor BPBD karena pemberian program K3 dapat mengurangi keluhan MSDs, dan meningkatkan kesehatan pekerjakantor BPBD Kota Medan. Berdasarkan data dan survei awal, maka menjadi dasar bagi peneliti untuk melakukan penelitian terkait Strategi Penurunan Keluhan MSDs Pada Pekerja Kantor BPBD Kota Medan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah :

1. Apakah ada perbedaan antara pekerja yang diberikan perbaikan postur kerja dengan yang tidak diberikan perbaikan postur kerja terhadap keluhan MSDs pada pekerja kantor BPBD Kota Medan?
2. Apakah ada perbedaan antara pekerja yang diberikan senam ergonomi dengan yang tidak diberikan senam ergonomi terhadap keluhan MSDs pada pekerja kantor BPBD Kota Medan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengetahui strategi penurunan dengan keluhan MSDs pada pekerja kantor BPBD Kota Medan tahun 2023.

1.3.2 Tujuan Khusus

Berdasarkan rumusan masalah yang hendak penulis akan teliti seperti yang telah diuraikan diatas, maka tujuan dari penelitian yang akan dilakukan yaitu:

1. Untuk mengetahui ada perbedaan antara pekerja yang diberikan perbaikan postur kerja dengan yang tidak diberikan perbaikan postur kerja terhadap keluhan MSDs pada pekerja kantor BPBD Kota Medan
2. Untuk mengetahui ada perbedaan antara pekerja yang diberikan senam ergonomi dengan yang tidak diberikan senam ergonomi terhadap keluhan MSDs pada pekerja kantor BPBD Kota Medan
3. Untuk mengetahui dimana bagian jenis/titik keluhan MSDs dengan skor tertinggi pada pekerja kantor BPBD Kota Medan

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis adalah untuk menambah pengetahuan penulis tentang strategi penurunan keluhan MSDs pada pekerja, sehingga dengan penelitian ini penulis berharap dapat berguna dan sebagai tambahan wawasan dan sebagai salah satu masukan bagi yang berminat untuk

meneliti lebih jauh tentang usulan dan susunan program dalam mengurangi terjadinya keluhan MSDs pada pekerja.

2. Secara praktis adalah sebagai sumber informasi atau bahan masukan bagi pihak-pihak yang terkait secara langsung guna penetapan konsep selanjutnya, khususnya dalam strategi program penurunan MSDs dalam mengurangi risiko penyakit akibat kerja yaitu keluhan MSDs.
 - a. Bagi peneliti dapat menambah ilmu pengetahuan sebagai hasil pengamatan langsung serta dapat memahami penerapan disiplin ilmu yang diperoleh selama studi diperguruan tinggi.
 - b. Bagi pemerintah, hasil penelitian ini yaitu dapat menjadi suatu bahan masukan bagi pemerintah dalam usaha meningkatkan implementasi K3 khususnya mengurangi terhadap keluhan MSDs pada pekerja BPBD Kota Medan.
 - c. Bagi Instansi, hasil penelitian ini diharapkan dapat mengetahui strategi program dalam mengurangi keluhan MSDs pada pegawai BPBD Kota Medan mulai dari proses perencanaan, proses pelaksanaan, dan proses evaluasi kebijakan program.