**IDENTIFIKASI p-ISSN: 2460-187X**

Jurnal Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Lindungan Lingkungan **e-ISSN: 2656-1891**

Volume 7 No 1, Mei 2021

**ANALISIS POSTUR KERJA PADA PROSES *CLEANING INTERMEDIATE BULK CONTAINER* DI PT CPS**

Andi Surayya M1\*; Iwan Zulfikar2; Awaluddin3

Program Studi Keselamatan dan Kesehatan Kerja

Program Diploma IV, Universitas Balikpapan,

Jl. Pupuk Raya, Gn.Bahagia Balikpapan 76114 telp. (0542)764205Email:[awaludh@gmail.com](mailto:awaludh@gmail.com)1

# **ABSTRAK**

*Musculosceletal Disorders* merupakan penyakit akibat kerja, sering mengakibatkan terjadinya kelainan otot, urat, tulang, sendi, pembuluh darah tepi atau syaraf tepi. *Musculosceletal Disorders* terjadi apabila postur kerja yang dilakukan tidak ergonomis, jika postur kerja tersebut tidak ergonomis maka pekerja tersebut akan mudah mengalami keluhan *Musculosceletal Disorders* (MSDs). Untuk itu peneliti melakukan analisis pada penelitian ini untuk mengetahui hasil analisispenilaian postur kerja yang menimbulkan keluhan *Muskuloskeletal Disorders*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Peneliti mengambil seluruh pekerja pada proses *Cleaning Intermediatte Bulk Container*PT. CPS yang berjumlah 6 orang untuk di teliti. Instrumen penelitian yang digunakan adalah*Tools* REBA, Kuisioner *Nordic Body Map*,wawancara mendalam, kamera digital, dan penggaris busur. prosedur pengumpulan data seperti observasi, *Kuisioner Nordic Body Map*, dokumentasi, catatan lapangan (Studi Postur Tubuh), dan wawancara. Metode yang digunakan yaitu metode REBA (*Rapid Entire Body Assessment*) di area bengkel kerja PT.CPS.Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap 6 responden yang bekerja sebagai *Cleaning Intermediatte Bulk Container* di PT. CPS diperoleh hasil dan kesimpulan yaitu postur kerja yang dilakukan oleh pekerja *Cleaning Intermediatte Bulk Container* di bengkel kerja PT. CPS harus dilakukan investigasi lebih lanjut dan segera dilakukan perbaikan. Pekerjaan ini memiliki faktor pekerjaan dengan risiko tinggi, sehingga perlu diadakannya inovasi dari aspek peralatan maupun aspek kesehatan pekerja agar dapat merasakan kenyamanan dalam bekerja dan terhindar dari keluhan *Musculoskeletal*.

Kata Kunci: Musculosceletal Disorders, Postur Kerja, Rapid Entire Body Assessment

**ABSTRACT**

Musculosceletal Disorders is an occupational disease, often resulting in abnormalities of muscles, tendons, bones, joints, peripheral blood vessels or peripheral nerves. Musculosceletal Disorders occur when the work posture is not ergonomic, if the work posture is not ergonomic then the worker will easily experience complaints of Musculosceletal Disorders (MSDs). For this reason, researchers conducted an analysis in this study to find out the results of the analysis of work postures that caused complaints of Musculoskeletal Disorders. This study uses a qualitative approach. Researchers took all workers in the Cleaning Intermediate Bulk Container PT. CPS totaling 6 people to be examined. The research instruments used were REBA Tools, Nordic Body Map Questionnaire, in-depth interviews, digital cameras, and arc rulers. data collection procedures such as observation, Nordic Body Map Questionnaire, documentation, field notes (Posture Study), and interviews. The method used is the REBA (Rapid Entire Body Assessment) method in the PT.CPS workshop area. Based on research that has been conducted on 6 respondents who work as Cleaning Intermediatte Bulk Container at PT. CPS results and conclusions are obtained, namely the work posture carried out by Cleaning Intermediatte Bulk Container workers in the PT. CPS should be investigated further and repaired immediately. This job has a high-risk work factor, so it is necessary to hold innovations from the equipment aspect and the worker's health aspect so that they can feel comfortable at work and avoid musculoskeletal complaints.

Keywords: Musculosceletal Disorders, Work Posture, Rapid Entire Body Assessment

**PENDAHULUAN**

*Disorders* berdasarkan diagnosis dan gejala yaitu 18,9%. Prevalensi penyakit *Muskuloskeletal Disorders* tertinggi berdasarkan pekerjaan adalah petani, nelayan, dan buruh yaitu 31,2% (Riskesdas, 2013). Posisi kerja yang tidak ergonomi dalam kurun waktu yang lama akan menyebabkan terjadinya cedera otot (Utami, karimuna, & Jufri, 2017). Data diatas menunjukan bahwa keluhan *Muskuloskeletal Disorders* adalah penyumbang penyakit terbesar pada pekerja yang diakibatkan oleh postur kerja yang tidak ergonomis. Dalam menganalisa postur kerja terdapat berbagai macam metode yang telah dikembangkan oleh banyak orang untuk mengidentifikasi postur kerja tersebut apakah sudah aman dan nyaman serta perlu dilakukan perbaikan. Beberapa metode yang sudah diperkenalkan oleh para ahli antara lain seperti REBA (*Rapid Entire Body Assessment*), RULA (*Rapid Upper Limb Assessment*), OWAS (*Ovako Working Posture Analysis*), QEC (*Quick Exposure Check*). Setiap metode memiliki perbedaan dalam cara ataupun bagian yang diamati dalam metode tersebut. Pada penelitian yang akan dilakukan, peneliti akan menggunakan metode REBA (*Rapid Entire Body Assessment*) dalam menganalisa postur kerja di PT. CPS. Penggunaan metode REBA (*Rapid Entire Body Assessment*)pada penelitian ini dapat mengukur bagian leher hingga bagian kaki yang berhubungan dengan aspek Dalam menganalisa postur kerja terdapat berbagai macam metode yang telah dikembangkan oleh banyak orang untuk mengidentifikasi postur kerja tersebut apakah sudah aman dan nyaman serta perlu dilakukan perbaikan. Beberapa metode yang sudah diperkenalkan oleh para ahli antara lain seperti REBA (*Rapid Entire Body Assessment*), RULA (*Rapid Upper Limb Assessment*), OWAS (*Ovako Working Posture Analysis*), QEC (*Quick Exposure Check*). Setiap metode memiliki perbedaan dalam cara ataupun bagian yang diamati dalam metode tersebut. Pada penelitian yang akan dilakukan, peneliti akan menggunakan metode REBA (*Rapid Entire Body Assessment*) dalam menganalisa postur kerja di PT. CPS. Penggunaan metode REBA (*Rapid Entire Body Assessment*)pada penelitian ini dapat mengukur bagian leher hingga bagian kaki yang berhubungan dengan aspek kesehatan tenaga kerja ditingkatan risiko kecelakaan kerja akibat postur kerja yang salah. Keselamatan dan kesehatan kerja adalah suatu pemikiran dan upaya untuk menjamin keutuhan dan kesempurnaan baik jasmaniah maupun rohaniah tenaga kerja pada khususnya, dan manusia pada umumnya, hasil karya dan budaya untuk menuju masyarakat adil dan makmur (mangkunegara, 2002). kesehatan tenaga kerja ditingkatan risiko kecelakaan kerja akibat postur kerja yang salah. Keselamatan dan kesehatan kerja adalah suatu pemikiran dan upaya untuk menjamin keutuhan dan kesempurnaan baik jasmaniah maupun rohaniah tenaga kerja pada khususnya, dan manusia pada umumnya, hasil karya dan budaya untuk menuju masyarakat adil dan makmur(mangkunegara, 2002).

Terkait hal tersebut, ada pun aturan-aturan yang diterapkan dalam sebuah sistem kerja yaitu Ergonomi. Menurut Sutalaksana dalam (Sulaiman, 2016). Egonomi adalah suatu cabang ilmu yang sistematis untuk memanfaatkan informasi- informasi mengenai sifat, kemampuan dan keterbatasan manusia untuk merancang suatu sistem kerja sehingga orang dapat hidup dan bekerja pada sistem itu dengan baik, yaitu mencapai tujuan yang diinginkan melalui pekerjaan itu dengan efektif, aman, dan nyaman. Ada pun postur kerja dalam penelitian ini yang dinyatakan Susihono dalam (Sulaiman, 2016) postur kerja merupakan titik penentu dalam menganalisa keefektifan dari suatu pekerjaan. Apabila postur kerja yang dilakukan oleh operator sudah baik dan ergonomis maka dapat dipastikan hasil yang diperoleh oleh operator tersebut akan baik. Selain itu, terkait metode yang digunakan pada postur kerja yaitu REBA (*Rapid Entire Body Assessment)* yang dikembangkan oleh(Hignett and McAtamney, 2000) untuk mengkaji postur bekerja yang dapat ditemukan pada industri pelayanan kesehatan dan industri pelayanan lainnya. Data yang dikumpulkan termasuk postur badan, kekuatan yang digunakan, tipe dari pergerakan, gerakan berulang, dan gerakan berangkai. Skor akhir REBA diberikan untuk memberi sebuah indikasi pada tingkat risiko mana dan pada bagian mana yang harus dilakukan tindakan penaggulangan.

# **METODE PENELITIAN**

**Rancangan Penelitian**

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif dipilih atas dasar pemilihan judul yaitu “Analisis Postur Kerja Pada Proses *Cleaning Intermediate Bulk Container* Di PT. CPS”. Penelitian ini dilakukan dengan proses observasi, studi dokumentasi, Kuisioner, wawancara dan pengukuran postur tubuh dalam bekerja. Dari keempat langkah tersebut diharapkan mendapat hasil dan solusi perbaikan dalam postur kerja yang ergonomis.

Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalammengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalamarti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga mudah diolah (Sujarweni, 2014). Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah *Tools* REBA, Kuisioner *Nordic Body Map*, wawancara mendalam, kamera digital, dan penggaris busur.

# **Alat Yang Digunakan Untuk Mengidentifikasi Postur Kerja**

Alat yang digunakan untuk membantu peneliti mengidentifikasi psotur kerja adalah dengan menggunakan *Tools* REBA (Rapid Enitre Body Assessment). Alat ini dapat mengukur postur kerja dari bagian kepala sampai kaki.

Diagram

Description automatically generated

**Gambar 1. *Tools Reba***

Metode ini digunakan dengan masing- masing postur A (leher, punggung, dan kaki), postur B (bahu, lengan, dan pergelangan tangan), beban, genggaman tangan (*coupling)* dan nilai aktifitas. Penilaian faktor risiko postur kerja menggunakan lembar penilaian Rapid entire Body Assessment (REBA). Lembar penilaian diisi dengan cara memberikan skor pada setiap faktor yang dinilai.

# **Alat Untuk Mengidentifikasi Keluhan**

***Musculoskeletal Disorders***

Alat yang digunakan untuk mengidentifikasi Keluhan *Musculoskeletal Disorders* adalah Kuesioner *Nordic Body Map* (NBM). *Map* digunakan pada penelitian ini untuk mengukur tingkat keluhan serangkaian sakit pada tendon, otot, dan saraf atau yang disebut Penyakit *Musculoskeletal Disorders*. Adapun teknik untuk memperkuat penelitian yang dilakukan oleh peneliti yaitu wawancara mendalam kepada seluruh pekerja yang ada di *Workshop* PT. CPS.

# **HASIL DAN PEMBAHASAN**

PT.CPS adalah perusahaan yang bergerak di bidang transportasi darat, penyewaan alat berat, dan jasa pencucian *Intermediatte Bulk Container*. PT.CPS didirikan pada tahun 2002, diilhami dari transportasi pribadi yang kemudian dikembangkan menjadi sebuah Perusahaan Swasta yang diberi nama CV. CS kemudian dengan perkembangan dan tingkat akan kebutuhan jasa meningkat sehongga CV.CS berubah menjadi PT. CPS.

# **Hasil dan Pembahasan Postur Kerja Menggunakan Metode REBA**

Berdasarkan hasil perhitungan Postur Kerja dari proses pekerjaan *Cleaning Intermediatte Bulk Container* di Bengkel Kerja PT.CPS dengan menggunakan metode REBA dapat dilihat pada Berikut :

**Tabel 1** Hasil Perhitungan Postur Kerja Menggunakan Metode REBA

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | PROSES KERJA | SKOR AKHIR | LEVEL RISIKO |
| 1 | Pencucian | 9 | Tinggi |
| 2 | Pembersihan | 11 | Sangat Tinggi |
| 3 | Penyegelan | 6 | Sedang |

Hasil dari perhitungan postur kerja dengan menggunakan metode*Rappid*

*Entire Body Assessment* (REBA) pada proses pencucian masuk dalam kategori Tinggi, pada tahap proses pembersihan masuk dalam kategori Sangat Tinggi, Pada proses penyegelan masuk dalam kategori Sedang, sehingga perlu dilakukan investigasi lebih lanjut terhadap semua tahap pekerjaan untuk dapat dilakukan perbaikan agar postur kerja lebih aman dan nyaman bagi pekerja.

**Hasil dan Pembahasan Keluhan *Musculoskeletal Disorder* Menggunakan *Quesioner Nordic Body Map***

Untuk Mengetahui Hasil identifikasi secara keseluruhan 6 responden dengan menggunakan kuesioner *Nordic body map* karyawan PT. CPS dapat dilihat pada tabel berikut:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | RESPONDEN | HASIL | KET |
| 1 | Responden 1 | 35 | SEDANG |
| 2 | Responden 2 | 42 | TINGGI |
| 3 | Responden 3 | 49 | TINGGI |
| 4 | Responden 4 | 46 | TINGGI |
| 5 | Responden 5 | 54 | TINGGI |
| 6 | Responden 6 | 39 | SEDANG |

**Tabel 2** Hasil Kuesioner *Nordic Body Map* Perorangan.

*Musculoskeletal Disorders* Tinggi, dan 2 responden dengan hasil keluhan *Musculoskeletal Disorders* Sedang sehingga dengan adanya temuan ini dapat dilakukan investigasi dan perbaikan pada proses pekerjaan yang ada pada bagian Pencucian, Pembersihan, dan Penyegelan *Intermediatte Bulk Container* di PT. CPS. Setelah dilakukan identifikasi dengan menggunakan Kuesioner Nordic Body Map, peneliti melakukan wawancara mendalam terhadap pekerja di *Workshop* PT. CPS dengan hasil bahwa pekerja merasakan keluhan di beberapa bagian tubuhnya.

Demikian analisis yang dilakukan dengan menggunakan metode REBA (Rappid Entire Body Assessment), Kuesioner Nordic Body Map, dan Wawancara mendalam untuk mengetahui adanya risiko postur kerja yang tidak aman dan faktor yang menimbulkan keluhan Musculoskeletal pada pekerja Cleaning Intermediate Bulk Container diWorkshop PT.CPS

# **KESIMPULAN DAN SARAN**

**KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap 6 responden yang bekerja sebagai *Cleaning Intermediatte Bulk Container* di PT. CPS diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil analisis postur kerja pada *Cleaning Intermediate Bulk Container* di PT. CPS mendapat hasil pada proses pekerjaan pencucian masuk dalam kategori Tinggi dengan keluhan yang dirasakan pada tangan dan pinggang. Pada proses pembersihan masuk dalam kategori Sangat Tinggi dengan keluhan yang dirasakan oleh pekerja pada bagian pinggang,

punggung, dan tangan. Pada Proses pencucian masuk dalam kategori Sedang dengan keluhan yang dirasakan oleh pekerja pada bagian kaki, lengan bawah kanan, dan tangan kanan.

* 1. Berdasarkan pengukuran risko postur kerja dengan menggunakan metode *Rappid Entire Body Assessment* (REBA) pada proses pencucian masuk dalam kategori Tinggi, pada tahap proses pembersihan masuk dalam kategori Sangat Tinggi, pada proses penyegelan masuk dalam kategori Sedang.
  2. Hasil pengukuran keluhan *Musculoskeletal* terhadap 6 responden yang bekerja sebagai *Cleaning Intermediatte Bulk Container* di bengkel kerja PT. Classics Prima Sejahtera mendapatkan hasil 4 orang dengan keterangan mengalami keluhan *Musculoskeletal* tingkat Tinggi, dan 2 orang dengan keterangan keluhan *Musculoskeletal* yang Sedang.

Dari hasil pengukuran dapat disimpulkan bahwa postur kerja yang dilakukan oleh pekerja *Cleaning Intermediatte Bulk Container* di bengkel kerja PT. CPS harus dilakukan investigasi lebih lanjut dan segera.

# **SARAN**

* 1. Pemilik usaha sebaiknya menyediakan fasilitas kerja seperti: Peralatan *Cleaning* yang menyesuaikan kebutuhan pekerjaan, peralatan kerja yang ergonomis atau mesin untuk bekerja. Pada saat menahan beban yang berat, pekerja sebaiknya menggunakan alat bantu kerja atau penyangga beban, serta istirahat selama beberapa menit disaat tubuh mulaimerasakan kelelahan atau stress otot tubuh.
  2. Bagi instansi terkait, agar melakukan pengecekan kesehatan pekerja selama 1 tahun sekali dan memberikan pelatihan Ergonomic kepada pekerja di PT. CPS.
  3. Bagi para peneliti selanjutnya agar melakukan *re-design* peralatankerja yang digunakan dan melakukan analisis postur kerja denganmenggunakan metode selain REBA.

# **DAFTAR PUSTAKA**

Hignett and Mc.Atamney. (2000). *Rapid Entire* *Body Assessment* (REBA).

D.L. Kimbler: Clemson University.

Mangkunegara, a. (2002). *Manajemen Sumber Daya Manusia.* Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.

Riskesdas. (2013). *Riset Kesehatan Dasar.*

Jakarta.

Sujarweni, V. w. (2014). *Metode Penelitian: Lengkap, Praktis, dan Mudah.* Yogyakarta: Pustaka Baru Press.

Sulaiman, F. (2016). ANALISIS POSTUR KERJA PEKERJA PROSES PENGESAHAN BATU AKIK DENGAN MENGGUNAKAN METODE REBA. *Jurnal Teknovasi*.

Utami, U., karimuna, s., & Jufri, N. (2017). Hubungan Lama Kerja, Sikap Kerja Dan Beban Kerja Dengan Musculoskeletal Disorders (MSDs) Pada Petani Di Desa Ahuhu Kecamatan Meluhu Kabupaten Konawe . *Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*.