

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di tempat kerja industri, banyak pekerja melakukan pekerjaan proses dalam posisi berdiri untuk jangka waktu yang panjang. Bekerja di posisi berdiri dapat dihubungkan dengan fleksibilitas karena mobilitas posisi kaki dan memiliki besar derajat kebebasan. Posisi ini bekerja mempromosikan pekerja untuk menjadi lebih efisien dan produktif. Namun, berdiri dalam jangka waktu yang panjang dapat mengakibatkan ketidaknyamanan, otot cedera dan kelelahan. Ketika pekerja melakukan pekerjaan berdiri terlalu lama, kontraksi statis terjadi terutama di punggung dan kaki, sehingga mengakibatkan berkurangnya fungsi otot betis. Jika posisi berdiri secara terus menerus dipraktekkan, pekerja akan merasa tidak nyaman dan kelelahan terutama pada otot-otot ekstremitas bawah dan punggung bawah.

Denmark Institut Nasional Kesehatan Kerja (AMI) mengatakan berdiri sebagian besar hari kerja setiap hari kerja dapat merusak tungkai bawah seperti merusak sendi, membuat otot terasa sakit, menyebabkan masalah pada kaki mulai dari bunions, jagung, taji tumit dan kaki datar. Gejala

yang sering dilaporkan adalah ketidaknyamanan dan rasa sakit yang mempengaruhi kaki, tulang kering, betis, lutut, paha dan pinggul.

America Podiatric Association melaporkan bahwa 83 % pekerja industri di USA mengalami ketidaknyamanan dan nyeri kaki yang berhubungan dengan berdiri terlalu lama. Jaap dan Huuh (1998) membuktikan bahwa memberikan istirahat lebih lama akan lebih efektif untuk meminimalkan resiko kaki bengkak terkait dengan berdiri terlalu lama. Pada tahun 1870-an dan 1880-an pada puncak dari era Victoria, dokter di Paris, London dan New York mulai melaporkan sejumlah besar gadis toko menderita penyakit kaki disebabkan oleh berdiri terlalu lama pada posisi tidak tepat. Kesehatan dan Keselamatan Eksekutif (HSE) tahun 2003 di Inggris menunjukkan 192.000 orang di Inggris menderita gangguan kerja ekstremitas bawah yang disebabkan oleh pekerjaan berdiri. Survei yang dilakukan Depkes RI tahun 2008 menunjukkan bahwa urutan bagian tubuh yang sering mengalami nyeri pada pekerja industri adalah bagian kaki (22,7%), pinggang (17,1%) dan bahu (9,5%), keluhan nyeri pada pekerja industri lebih kepada keluhan yang dirasakan secara subjektif oleh pekerja akibat kerja.

Pekerjaan dalam waktu lama dengan posisi yang sama/tetap seperti berdiri akan menyebabkan ketidaknyamanan. Sikap kerja berdiri dalam waktu lama akan membuat pekerja selalu berusaha menyeimbangkan tubuhnya sehingga menyebabkan terjadinya beban kerja statis pada otot-otot punggung dan kaki. Kondisi tersebut juga menyebabkan mengumpalnya darah pada anggota tubuh bagian bawah. Menjaga tubuh

dalam posisi tegak membutuhkan usaha otot yang cukup besar yang sangat tidak sehat bahkan saat berdiri tak bergerak.

Kurangnya aliran darah mempercepat timbulnya kelelahan, ketidaknyamanan dan menyebabkan nyeri serta ketegangan pada otot-otot punggung, kaki dan leher (otot yang digunakan untuk mempertahankan posisi tegak). Berdiri terlalu lama dan sering, tanpa bantuan dengan berjalan kaki, menyebabkan darah berkumpul di kaki. Ketika berdiri terjadi terus menerus selama waktu yang lama, dapat mengakibatkan radang pembuluh darah. Peradangan ini dari waktu ke waktu berkembang menjadi varises kronis dan menyakitkan.

Selain itu juga bisa menyebabkan sendi di tulang belakang, pinggul, lutut dan kaki menjadi seperti terkunci yang nantinya memicu terjadinya penyakit rematik degenerative akibat kerusakan pada tendon dan ligament (struktur yang mengikat otot tulang). Bekerja dengan posisi berdiri dengan waktu yang lama adalah suatu penyebab yang paling umum dari ketidaknyamanan kerja dan kelelahan, hal ini disebabkan karena otot betis dan paha berkontraksi agar tubuh tetap bertahan dalam posisi tegak.

Suma'mur (1996) menyatakan bahwa pekerjaan-pekerjaan dalam industri sebagai pekerjaan yang melelahkan, beberapa faktor dalam hal ini dapat diidentifikasi sebagai sebab keluhan pekerja, seperti pada industri tekstil pekerjaan banyak dilakukan dengan berdiri dan pekerjaannya menjemukan¹. Daerah kerja pada posisi berdiri harus

¹ Suma'mur, Higiene Perusahaan Dan Kesehatan Kerja, Jakarta : PT. Toko Gunung Agung, 1996

dihindari dari posisi badan membungkuk baik karena peralatan yang rendah maupun jangkauan terlalu jauh, tidak memungkinkan untuk ruang yang sempit.

Sikap berdiri merupakan sikap siaga baik fisik maupun mental, sehingga aktivitas kerja yang dilakukan lebih cepat, kuat dan teliti. Pekerjaan dengan posisi berdiri seperti di bagian cutting menyangkut kerja fisik yang cukup melelahkan yang dilakukan dari pagi sampai sore hari dengan waktu yang cukup lama dan kondisi bekerja dalam keadaan berdiri. Sehingga sikap kerja yang dilakukan dapat mengakibatkan timbulnya beberapa keluhan nyeri pada kaki, hal ini mempengaruhi kemampuan dan menurunnya produktivitas kerja yang dihasilkan. Bekerja dengan posisi berdiri yang dilakukan secara terus menerus atau dalam jangka waktu yang lama menyebabkan ketegangan otot kaki serta keluhan kelelahan saat melakukan pekerjaan cutting dengan posisi berdiri selama berjam-jam.

Salah satu upaya peningkatan produktivitas efisiensi adalah melalui penerapan ergonomi. Ergonomi dapat didefinisikan sebagai pertemuan dari berbagai lapangan ilmu yang kekhususan utamanya adalah perencanaan dari cara bekerja yang lebih baik meliputi tata kerja dan peralatannya (Suma'mur, 1996)². Melalui pendekatan ergonomi dalam perancangan tempat kerja adalah agar menjadi keserasian antara manusia dengan sistem kerja (man machine system) atau dapat dikatakan bahwa

² Ibid. hal. 174

desain sistem kerja harus menjadikan tenaga kerja dapat bekerja secara layak. Ini memerlukan keahlian desain alat dan perlengkapan, penataan ruang kerja, penataan organisasi kerja sehingga pekerja dapat bekerja dengan baik dan efisien.

Postur yang tidak seimbang dan berlangsung dalam jangka waktu yang lama dapat mengakibatkan stres pada bagian tubuh. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan tubuh manusia untuk melawan beban waktu yang lama dan dapat terjadi berbagai akibat yang merugikan tubuh seperti nyeri otot, tidak tenang, gelisah. Efek yang timbul biasanya dapat dihilangkan dengan istirahat agar mencapai pemulihan.

Masalah kesehatan kerja berdiri berpotensi sangat serius seperti nyeri tungkai bawah dan sakit kaki. Pekerja yang lebih tua dalam pekerjaan berdiri yang berat sering mengalami sakit lutut dan sendi ketika usia mereka bertambah dan dapat menjadi semakin kurang mampu mengatasi dengan berdiri konstant. Kompresi sendi yang disebabkan oleh bantalan berat seluruh tubuh dan beban sambil berdiri dapat menyebabkan keausan dan arthritis.

Dari uraian diatas penulis ingin meneliti apakah ada hubungan posisi kerja berdiri dan keluhan nyeri kaki pada pekerja di bagian cutting PT Pratama Abadi Industri, Tangerang.

A. Identifikasi Masalah

Berdiri adalah sikap alami manusia dan dengan sendirinya tidak menimbulkan bahaya kesehatan tertentu. Namun, bekerja dalam posisi berdiri secara teratur dapat menyebabkan kaki pegal, pembengkakan pada kaki, varises, kelelahan otot umum, nyeri kaki. Ini adalah keluhan umum pekerja yang pekerjaannya membutuhkan berdiri lama.

B. Pembatasan Masalah

Pembahasan dalam penelitian ini terbatas posisi kerja berdiri dan keluhan nyeri pada kaki yang dirasakan oleh pekerja.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka yang menjadi permasalahan dari penelitian ini adalah apakah ada hubungan posisi kerja berdiri dan keluhan nyeri kaki pada karyawan bagian cutting PT Pratama Abadi Industri, Tangerang ?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan umum :

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan posisi kerja berdiri dan keluhan nyeri kaki pada karyawan bagian cutting PT Pratama Abadi Industri, Tangerang.

Tujuan khusus :

- Untuk mengetahui posisi kerja berdiri pada karyawan bagian cutting PT Pratama Abadi Industri.
- Untuk mengetahui gambaran tentang keluhan nyeri kaki karyawan bagian cutting PT Pratama Abadi Industri.
- Untuk menganalisa hubungan posisi kerja berdiri dengan keluhan nyeri kaki karyawan bagian cutting PT Pratama Abadi Industri.

E. Kegunaan Penelitian

a. Bagi institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran bagi perusahaan dan sebagai referensi bagi peneliti lain yang melakukan penelitian serupa.

b. Bagi pendidikan

Sebagai dasar atau masukan dalam penyusunan penelitian serta menambah referensi tentang masalah keluhan nyeri kaki pada karyawan dengan posisi kerja berdiri yang dapat dijadikan sumber penelitian selanjutnya.

c. Bagi peneliti

Sebagai alat untuk mempraktekkan teori-teori yang telah diperoleh selama di bangku kuliah sehingga penulis dapat menambah pengetahuan secara praktis tentang masalah-masalah yang dihadapi di tempat kerja.