

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Saat ini Teknologi Informasi sangat berkembang pesat, hampir semua aspek kehidupan tak lepas dari teknologi informasi baik sektor pendidikan, industri dan bisnis. Nilai tambah yang didapat berupa efisiensi, kemudahan, kecepatan, ketersediaan, dan validasi. Semua itu membuat kebutuhan dan permintaan akan perangkat komputer semakin meningkat dan menjamur penggunaannya terutama di perkantoran.

Dengan meningkatnya teknologi dan informasi dewasa ini segala aktivitas manusia terhubung dengan perangkat komputer dan bahkan kita sering menggunakannya dalam waktu lama. Untuk itu harus perlu dipersiapkan meja kerja yang nyaman, untuk menghindari adanya kecelakaan, baik ringan maupun berat, dengan kata lain harus memenuhi standart ergonomi. Penggunaan perangkat komputer secara aktif dimaksudkan untuk mendukung aktifitas kerja dan menambah produktivitas kerja.

Untuk menghindari/ mencegah penyakit akibat kerja diperlukan ilmu yang mempelajari interaksi antara manusia dan mesin, ilmu tersebut adalah ergonomi. Banyak yang telah berkembang sejak ergonomi lahir sebagai sebuah ilmu, khususnya sebagai ilmu

pengetahuan terapan. Hal ini tidak lepas dari teknologi yang terus berkembang dan manusia yang juga berubah baik sebagai individu maupun masyarakat. (Purwaningsih, 2008).

Ergonomi merupakan suatu ilmu, seni dan penerapan teknologi untuk menyasikan atau menyeimbangkan antara segala fasilitas yang digunakan baik dalam beraktifitas maupun istirahat dengan segala kemampuan, kebolehan dan keterbatasan manusia baik secara fisik maupun mental sehingga di capai suatu kualitas hidup secara keseluruhan yang lebih baik (Tarwaka, PGDip.Sc.,M.Erg;2010).

Nyeri Pinggang Bawah adalah sindroma klinik yang ditandai dengan gejala utama nyeri atau perasaan lain yang tidak enak didaerah tulang punggung bagian bawah (Kristiawan Basuki, 2009). Nyeri Pinggang Bawah merupakan fenomena yang seringkali dijumpai pada setiap pekerjaan. Insiden lebih sering dijumpai pada pekerja wanita dibandingkan laki-laki. Posisi statis dalam bekerja kadang-kadang tidak dapat terhindarkan. Bila keadaan statis tersebut berlangsung terus-menerus atau berulang-ulang maka dapat menyebabkan gangguan kesehatan. Nyeri Pinggang Bawah yang timbul dapat mengakibatkan kehilangan jam kerja sehingga mengganggu produktifitas kerja (Samara, Basuki, Jannis; 2005)

Menurut World Health Organization (WHO) bahwa 2% - 5% dari karyawan di negara industri tiap tahun mengalami Nyeri

Pinggang bawah, data statistic Amerika Serikat memperlihatkan angka kejadian sebesar 15%-20% per tahun. Sebanyak 90 % kasus nyeri pinggang bukan disebabkan oleh kelainan organik, melainkan oleh kesalahan posisi tubuh dalam bekerja (Llewellyn, 2006).

Hasil studi Departemen Kesehatan RI tentang profil masalah kesehatan di Indonesia tahun 2005 menunjukkan bahwa sekitar 40,5% penyakit yang diderita pekerja dengan pekerjaan yang mereka lakukan. Menurut studi yang dilakukan terhadap 9.482 pekerja di 12 kabupaten kota di Indonesia, umumnya berupa penyakit *muscoloskeletal* (16%), *Kardiovaskuler* (8%), gangguan syaraf (6%), gangguan pernafasan (3%) dan gangguan THT (1,5%). (Seftina Suriatmini; 2010)

Menurut data dalam satu bulan rata-rata 23% pekerja tidak bekerja dengan benar dan absen kerja selama delapan hari dikarenakan sakit pinggang. Berdasarkan hasil survey tentang akibat sakit pinggang, produktifitas kerja dapat menurun sehingga hanya tinggal 60% (Anonim, Pelatihan Kesehatan dan Keselamatan Kerja Jakarta: Hiperkes, 2004). Nyeri pinggang juga menyebabkan lebih banyak waktu hilang dari pada pemogokan kerja sebanyak 20 juta hari kerja (Muheri, 2010)

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan pada pegawai pengguna komputer di PT. Arthagraha General Insurance, didapatkan bahwa pegawai setiap hari bekerja dalam posisi duduk yang lama, mengetik di depan omputer yang tidak sesuai dengan posisi yang

ergonomis yaitu dengan posisi kerja duduk yang condong kedepan karena posisi monitor yang rendah sehingga menyebabkan posisi badan menjadi bungkuk. Rata-rata lama seorang bekerja sehari-hari secara baik pada umumnya adalah 6-7 jam sehari dan sisanya untuk istirahat, terkadang karena banyaknya pekerjaan, pegawai melakukan penambahan jam kerja selama 4 jam, sehingga sehari bekerja dengan posisi duduk selama 12-13 jam, dapat menyebabkan beban pada pinggang menjadi lebih berat dan para pegawai banyak yang mengeluhkan pegal-pegal serta nyeri pada pinggang.

Keadaan inilah yang mendorong penulis tertarik untuk mengangkat persoalan ini menjadi bahan skripsi dalam rangka ikut membantu dalam bidang Ergonomi mengenai “ Hubungan Sikap Kerja Posisi Duduk Dengan Low Back Pain Pada Pegawai Pengguna Komputer Di PT. Arthagraha General Insurance”

1.2 Identifikasi Masalah

Permasalahan yang mungkin terjadi saat melakukan pekerjaan dengan posisi duduk yang lama dan statis adalah terjadinya gangguan nyeri pinggang bawah. Keluhan nyeri pinggang dapat terjadi pada pengguna komputer, karena pada bagian ini pekerja diharuskan bekerja dengan posisi kerja duduk yang lama menyebabkan otot pinggang bawah menjadi tegang dan dapat merusak jaringan lunak disekitarnya, bila kejadian ini berlanjut, akan menyebabkan penekanan bantalan

syaraf tulang belakang yang mengakibatkan hernia nucleus pulposus. Duduk lama mengakibatkan ketegangan dan keregangan ligamentum dan otot tulang belakang sehingga mengakibatkan nyeri pinggang bawah, nyeri pinggang bawah berkaitan dengan duduk selama lebih dari 4 jam. Kebanyakan dari pegawai tidak mengetahui posisi yang sesuai dengan anatomi tubuh atau ergonomis, selain itu bekerja dengan posisi kerja duduk yang sifatnya monoton dan ruang gerak tubuh yang terbatas, serta lamanya waktu mereka bekerja.

Masalah yang terjadi pada karyawan pengguna komputer yaitu posisi kerja duduk yang salah sehingga dapat menimbulkan nyeri pinggang bawah. Sikap tubuh yang salah selama duduk membuat tekanan abnormal dari jaringan sehingga menyebabkan rasa sakit. Hal ini diharapkan dapat mendorong para karyawan agar bekerja tidak pada posisi kerja duduk yang salah, agar para pekerja lebih bisa mengatur posisi kerja duduk dengan baik dan lebih banyak bergerak untuk melakukan penguluran otot-otot pinggang

1.3 Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini peneliti membatasi masalah pada faktor “ Hubungan Sikap Kerja Posisi Duduk Dengan Keluhan Nyeri Pinggang Bawah Pada Pegawai Pengguna Komputer Di PT. Arthagraha General Insurance”

1.4. Tujuan Penulisan

A. Tujuan umum :

Penelitian ini memiliki tujuan umum untuk mengetahui Hubungan Sikap Kerja Posisi Duduk Dengan Keluhan Nyeri Pinggang Bawah Pada Pegawai Pengguna Komputer Di PT. Arthagraha General Insurance

B. Tujuan Khusus :

1. Mengetahui sikap kerja posisi duduk pada pegawai pengguna komputer di PT. Arthagraha General Insurance.
2. Mengetahui Keluhan Nyeri Pinggang yang dialami pegawai yang menggunakan komputer di PT. Arthagraha General Insurance.
3. Mengetahui Hubungan Sikap Kerja Posisi Duduk Dengan Keluhan Nyeri Pinggang Bawah Pada Pegawai Pengguna Komputer di PT. Arthagraha General Insurance

1.5 Manfaat Penelitian

A. Bagi Mahasiswa

1. Mengetahui berbagai permasalahan nyata di lingkungan kerja.
2. Dapat memperluas pengetahuan dan ketrampilan.

3. Dapat Menerapkan Ilmu pengetahuan yang diperoleh agar lebih peka dalam melihat dan menjawab masalah yang terjadi di lingkungan kerja

B. Bagi Perusahaan

Bahan Kajian dan Informasi bagi pihak Manajemen dalam rangka memantau pelaksanaan program K3, khususnya dalam masalah ergonomi sehingga dapat meningkatkan produktivitas kerja para Karyawan.

C. Bagi Pekerja

Dengan dilakukan identifikasi resiko dan analisa faktor resiko pada proses kerja yang melibatkan pekerja diharapkan menjadi salah satu promosi K3 yang akan meningkatkan kesadaran pekerja sehingga kenyamanan dan produktivitas pekerja dapat meningkat

D. Bagi Fakultas

Dapat menambah referensi kepustakaan UEU, sehingga diharapkan agar bermanfaat bagi pembaca