

GAMBARAN KELUHAN MUSKULOSKLETAL PADA PENGRAJIN SASIRANGAN DI KAMPUNG SASIRANGAN SUNGAI JINGAH KEC. BANJARMASIN UTARA

Overview of Musculoskeletal Disorders in Craftsmen at Sasirangan Village Sungai Jingah, North Banjarmasin

Enny Fauziah¹, Khusnul Safitri², Dian Intan Permatasari³

¹Dosen Program Studi DIII Fisioterapi, Politeknik Unggulan Kalimantan

²Mahasiswa Program Studi DIII Fisioterapi, Politeknik Unggulan Kalimantan

³Dosen Program Studi DIII Fisioterapi, Politeknik Unggulan Kalimantan

*Korespondensi: ennyfauziah.fisioterapi@gmail.com

ABSTRACT

Work in sasirangan especially those related to human strength and endurance in carrying out their work can cause problems that have so far been ignored, including back pain, neck pain, wrist pain, which are called musculoskeletal disorders. So that musculoskeletal disorders be one reason happening accident work. The purpose of this research is to find out musculoskeletal disorders in sasirangan craftsmen. This research was conducted in Sasirangan Sungai Jingah Village, North Banjarmasin. This research method is descriptive, using the Nordic Body Map questionnaire measuring tools. The results showed that the average age of the sasirangan craftsmen was 35 years, based on the gender distribution, the most experienced musculoskeletal disorders were women with a percentage of 56.8%, based on the distribution of the average working period of 5 years, based on the distribution of average working duration. 7 hours/day with a percentage of 45.9%, based on the distribution of the average working position sitting on the floor with a percentage of 54.0%, and based on the distribution of respondents who experience musculoskeletal disorders an average of 49.3 with an interpretation of musculoskeletal disorders, usually the pain in the lumbar area.

Keywords: Craftsmen Sasirangan Musculoskeletal disorders, Nordic Body Map.

ABSTRAK

Pekerjaan kerajinan sasirangan khususnya yang berhubungan dengan kekuatan dan ketahanan manusia dalam melakukan pekerjaannya dapat menyebabkan masalah yang selama ini sering diabaikan, di antaranya adalah nyeri punggung, nyeri leher, nyeri pada pergelangan tangan, yang disebut gangguan muskuloskeletal. Sehingga keluhan muskuloskeletal menjadi salah satu penyebab terjadinya kecelakaan kerja. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui keluhan muskuloskeletal pada pengrajin sasirangan. Penelitian ini dilaksanakan di Kampung Sasirangan Sungai Jingah, Kec. Banjarmasin Utara dengan metode deskriptif menggunakan alat ukur kuesioner Nordic Body Map. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata usia para pengrajin sasirangan 35 tahun, berdasarkan distribusi jenis kelamin paling banyak yang mengalami keluhan muskuloskeletal yaitu perempuan dengan persentase 56,8%, berdasarkan distribusi Masa kerja rata-rata 5 tahun, berdasarkan distribusi Durasi Kerja rata-rata bekerja 7 jam/hari dengan persentase 45,9%, berdasarkan distribusi Posisi Kerja rata-rata duduk di lantai dengan persentase 54,0%, dan berdasarkan distribusi responden yang

mengalami keluhan muskuloskeletal rata-rata 49,3 dengan interpretasi keluhan ringan, rata-rata mengeluhkan nyeri pada area pinggang.

Kata Kunci : Pengrajin Sasirangan, Keluhan Muskuloskeletal, Nordic Body Map.

PENDAHULUAN

Indonesia dikenal sebagai penghasil kerajinan tangan yang mampu bersaing di pasar dunia. Hasil produksi tersebut merupakan barang ekspor Indonesia. Salah satunya ialah produksi barang ekspor kerajinan tangan yang mempunyai daya jual tinggi ialah kain sasirangan. Industri kerajinan sasirangan sangat berperan di sektor ekonomi dan pariwisata (Fauziah, dkk, 2018).

Pekerjaan kerajinan sasirangan khususnya yang berhubungan dengan kekuatan dan ketahanan dapat menyebabkan masalah yaitu masalah ergonomi, di antaranya adalah nyeri punggung, nyeri leher, nyeri pada pergelangan tangan, siku dan kaki yang disebut gangguan muskuloskeletal (Putri & Adhiarta, 2016). Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2019, gangguan muskuloskeletal berada pada peringkat kedua penyakit penyebab distabilitas di dunia yang diukur berdasarkan tahun produktif yang hilang akibat keterbatasan. Total jumlah tahun produktif yang hilang akibat gangguan muskuloskeletal di Dunia meningkat dari 77,377,709.4 pada 2010 hingga 103,817,908.4 pada 2015. Prevalensi periode gangguan muskuloskeletal di Indonesia pada kalangan usia 15 tahun keatas mencapai 24,7% (Natalia & Widowati, 2022). Sehingga kelelahan muskuloskeletal menjadi salah satu penyebab terjadinya kecelakaan kerja. Kelelahan menyumbang 28% angka kecelakaan kerja dan merupakan nilai terbesar dari penyebab kecelakaan kerja. Oleh sebab itu kondisi pengrajin yang sangat prima diperlukan untuk dapat melakukan pekerjaan dengan aman (Namira & Hayati, 2014).

Kelelahan merupakan penurunan kapasitas kerja dan ketahanan tubuh yang ditandai dengan hilangnya kemauan untuk bekerja, sehingga berakibat pada kecelakaan kerja (Rozana & Adiatmika, 2014). Keluhan muskuloskeletal merupakan keluhan pada bagian otot-otot skeletal mulai dari keluhan yang sangat ringan sampai berat. Jika kondisi ini terjadi dalam waktu yang lama dapat menyebabkan sakit permanen pada otot, sendi dan ligament (Agustin, 2012). Sikap kerja yang tidak ergonomi dapat menimbulkan resiko terjadinya keluhan musculoskeletal (Salmah, dkk, 2022).

Postur kerja yang salah sering diakibatkan oleh letak peralatan atau fasilitas, tata letak tempat kerja, kondisi lingkungan kerja yang tidak sesuai, atau kombinasi dari beberapa faktor tersebut. Pekerjaan pengrajin sasirangan termasuk pekerjaan yang membutuhkan gerak otot yang banyak, dan jenis kontraksi otot tersebut dapat menyebabkan rasa sakit bila dipertahankan dalam waktu yang panjang karena otot akan merasa tegang (Djaali & Fajriah, 2020).

Pekerjaan dalam waktu lama dengan posisi yang tetap, baik berdiri maupun duduk akan menyebabkan ketidak nyamanan. Sikap kerja berdiri dalam waktu lama akan membuat pekerja selalu berusaha menyeimbangkan posisi tubuhnya sehingga menyebabkan terjadinya beban kerja statis pada otot-otot punggung dan kaki. Kondisi tersebut juga menyebabkan pengumpulan darah pada anggota tubuh bagian bawah. Sikap kerja duduk dalam waktu lama tanpa adanya penyesuaian bisa menyebabkan melemahnya otot-otot perut, melengkungnya tulang belakang dan gangguan pada

organ pernapasan dan pencernaan (Patmala, 2017). Sikap kerja yang tidak ergonomi dapat menimbulkan resiko terjadinya keluhan musculoskeletal (Salmah, dkk, 2022).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian deskriptif analitik. Responden dalam penelitian ini merupakan para pengrajin sasirangan di Kampung Sasirangan Sungai Jingah Kec.Banjarmasin Utara yang mendapatkan sampel sebanyak 37 orang pengrajin sasirangan. Penelitian ini menggambarkan karakteristik Usia, Jenis Kelamin, Massa Kerja, Durasi Kerja, Posisi Kerja, dan Keluhan Muskuloskeletal pada para pengrajin sasirangan di Sungai Jingah Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Kuesioner *Nordic Body Map*.

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	<i>f</i>	%
15-21 Tahun	6	16,2%
22-28 Tahun	7	18,9%
29-35 Tahun	10	27,0%
36-42 Tahun	4	10,8%
43-49 Tahun	4	10,8%
50-56 Tahun	3	8,1%
57-63 Tahun	3	8,1%
Total	37	100%

Berdasarkan karakteristik data diatas didapatkan hasil responden berdasarkan usia 29-35 Tahun sebanyak 10 orang dengan persentase (27,0%). Rata-rata Usia para pengrajin sasirangan yaitu 35 Tahun.Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	<i>f</i>	%
Laki-Laki	16	43,2%
Perempuan	21	56,8%
Total	37	100%

Berdasarkan karakteristik data diatas didapatkan hasil responden berdasarkan jenis kelamin perempuan sebanyak 21 orang dengan persentase (56,8%). Rata-rata terbanyak jenis kelaminperempuan sebanyak 21 orang dengan persentase (56,8%).

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Massa Kerja

Massa Kerja	<i>f</i>	%
1-7 Tahun	29	78,3%
8-14 Tahun	5	13,5%
15-21 Tahun	3	8,1%
Total	37	100%

Berdasarkan karakteristik data diatas didapatkan hasil responden berdasarkan Massa Kerja 1-7 Tahun sebanyak 29 orang dengan persentase (78,3%). Rata-rata Massa Kerja para pengrajin sasirangan 5 Tahun.

Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Kerja

Durasi Kerja	<i>f</i>	%
1 jam	0	0%
2 jam	0	0%
3 jam	0	0%
4 jam	0	0%
5 jam	3	8,1%
6 jam	2	5,4%
7 jam	17	45,9%
8 jam	2	5,4%
9 jam	13	35,1%
Total	37	100%

Berdasarkan karakteristik data di atas didapatkan hasil berdasarkan durasi kerja 7 jam/hari sebanyak 17 orang (45,9%). Rata-rata durasi kerja pada pengrajin sasirangan adalah 7 jam/hari (45,9%).

Tabel 5. Karakteristik Responden Berdasarkan Posisi Kerja

Posisi Kerja	<i>f</i>	%
Duduk di atas kursi	14	37,8%
Duduk di lantai	20	54,0%
Duduk dengan kaki terjulur lurus ke depan.	3	8,1%
Total	37	100%

Berdasarkan karakteristik data diatas didapatkan hasil responden berdasarkan Posisi Kerja didapatkan hasil Posisi Kerja Duduk di lantai sebanyak 20 orang (54,0%). Rata-rata Posisi Kerja para pengrajin sasirangan Duduk di lantai sebanyak 20 orang (54,0%).

Tabel 6. Karakteristik Responden Yang Mengalami Keluhan Muskuloskeletal

No	Jenis	Keluhan			
		Tidak Sakit N(%)	Agak Sakit N(%)	Sakit N(%)	Sangat Sakit N(%)
1	Sakit pada atas leher	23 (62,1%)	7 (18,9%)	6 (16,2%)	2 (5,4%)
2	Sakit pada bawah leher	19 (51,3%)	12 (32,4%)	6 (16,2%)	1 (2,7%)
3	Sakit pada kiri bahu	14 (37,8%)	13 (35,1%)	8 (21,6%)	1 (2,7%)
4	Sakit pada kanan bahu	16 (43,2%)	10 (27%)	9 (24,3%)	1 (2,7%)
5	Sakit pada kiri atas lengan	22 (59,4%)	7 (18,9%)	6 (16,2%)	3 (8,1%)
6	Sakit pada punggung	17 (45,9%)	5 (13,5%)	11 (29,7%)	3 (8,1%)
7	Sakit pada kanan atas lengan	21 (56,7%)	9 (24,3%)	6 (16,2%)	1(2,7%)
8	Sakit pada pinggang	14 (37,8%)	7 (18,9%)	14(37,8%)	2 (5,4%)
9	Sakit pada pantat	22 (59,4%)	6 (16,2%)	9 (24,3%)	-
10	Sakit pada bagian bawah pantat	21 (56,7%)	4 (10,8%)	13 (35,1%)	-
11	Sakit pada kiri siku	21 (56,7%)	4 (10,8%)	6 (16,2%)	1 (2,7%)

11. Sakit pada kanan siku	28 (75,6%)	5 (13,5%)	4 (10,8%)	-
12. Sakit pada kiri lengan bawah	17 (45,9%)	10 (27%)	10 (27%)	-
13. Sakit pada kanan lengan bawah	18 (48,65)	10 (27%)	7 (18,9%)	2 (5,4%)
14. Sakit pada pergelangan tangan kiri	17 (45,9%)	9 (24,3%)	5 (13,55)	2 (5,4%)
15. Sakit pada pergelangan tangan kanan	19 (51,3%)	9 (24,3%)	8 (21,6%)	2 (5,4%)
16. Sakit pada tangan kiri	19 (51,3%)	7 (18,9%)	9 (24,3%)	2 (5,4%)
17. Sakit pada tangan kanan	15 (40,5%)	9 (24,3%)	10 (27%)	3 (8,1%)
18. Sakit pada paha kiri	22 (59,4%)	8 (21,6%)	6 (16,2%)	1 (2,7%)
19. Sakit pada paha kanan	21 (56,7%)	9 (24,3%)	5 (13,5%)	1 (2,7%)
20. Sakit pada lutut kiri	21 (56,7%)	7 (18,9%)	6 (16,2%)	1 (2,7%)
21. Sakit pada lutut kanan	23 (62,1%)	4 (10,8%)	9 (24,3%)	1 (2,7%)
22. Sakit pada betis kiri	16 (43,2%)	10 (27%)	10 (27%)	1 (2,7%)
23. Sakit pada betis kanan	17 (45,9%)	7 (18,9%)	12 (32,4%)	1 (2,7%)
24. Sakit pada pergelangan kaki kiri	19 (51,3%)	8 (21,6%)	8 (21,6%)	2 (5,4%)
25. Sakit pada pergelangan kaki kanan	21 (56,7%)	6 (16,2%)	8 (21,6%)	2 (5,4%)
26. Sakit pada kaki kiri	24 (64,8%)	4 (10,8%)	8 (21,6%)	1 (2,7%)
27. Sakit pada kaki kanan	23 (62,1%)	4 (10,8%)	9 (24,3%)	1 (2,7%)

Berdasarkan karakteristik responden yang mengalami kelelahan muskuloskeletal didapatkan hasil dengan nilai rata-rata 49,3 dengan interpretasi katagori rendah yaitu belum membutuhkan penanganan dengan segera dan rata-rata keluhan yang dirasakan para pengrajin sasirangan adalah nyeri pada area pinggang sebanyak 14 orang.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya keluhan muskuloskeletal. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Harwanti, 2018), yang menunjukkan meningkatnya usia akan terjadi degenerasi pada tulang disaat seseorang berusia 30 tahun. Keluhan muskuloskeletal mulai dirasakan pada umur 30 - 40 tahun ke atas semakin meningkat disebabkan perubahan biologis yang menurun karena proses penuaan, misalnya degeneratif otot, tendon, ligamen dan sendi sehingga risiko terjadinya keluhan pada otot meningkat. Sama halnya seperti teori yang dikemukakan oleh Saleh, (2018) Keluhan yang dirasakan akan timbul dibagian kaku dan nyeri di jari - jari tangan, kaku di bahu dan nyeri di leher kemudian berlanjut ke bagian belakang punggung dan telapak kaki. Keluhan ini akan bertambah bila disertai adanya beban yang bertambah pada saat bekerja. Oleh karena itu usia sangat mempengaruhi terjadinya keluhan muskuloskeletal

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Sejalan dengan penelitian (Saputro, 2018) kekuatan fisik tubuh perempuan rata-rata 2/3 dari laki-laki. Perempuan mempunyai kekuatan 65% dalam mengangkat di banding rata-rata laki-laki, dikarenakan adanya siklus biologi seperti haid, kehamilan, nifas, dan menyusui pada perempuan. Kekuatan perempuan yang masih muda diibaratkan sama dengan kekuatan laki-laki yang berumur sudah tua. Seperti penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Helmina dkk (2019), Hal ini dikarenakan perempuan dalam melakukan pekerjaan memerlukan ketelitian dan ketekunan dibandingkan laki-laki. Laki-laki lebih mengandalkan kekuatan secara fisik. Dalam aktivitas sehari-hari perempuan cenderung kurang melakukan aktivitas secara fisik dengan pembakaran metabolisme yang tinggi, perempuan lebih banyak duduk, diam, dari pada melakukan aktivitas yang mengeluarkan tenaga berlebih. Sama hal nya dengan teori yg jelaskan oleh (Hardianto dkk, 2015), menunjukan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin dengan kejadian keluhan muskuloskeletal disebabkan oleh perempuan cenderung mengalami keluhan muskuloskeletal dengan nyeri berat lebih berat dari pada laki-laki.

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Massa Kerja

Rata-rata massa kerja pengrajin sasirangan 5 Tahun. Seperti teori yang disebutkan oleh lcsal dkk (2016), yang menyebutkan bahwa keluhan muskuloskeletal merupakan penyakit kronis yang membutuhkan waktu lama untuk berkembang dan bermanifestasi. Hal ini pun sejalan dengan yang dikemukakan oleh Tambuwun dkk (2020), semakin tinggi masa kerja maka akan semakin besar keluhan yang akan dirasakan oleh pekerja karena masa kerja merupakan akumulasi aktivitas kerja seseorang yang dilakukan dalam jangka waktu yang Panjang. Seperti yang dituliskan oleh menurut (Hadyan, 2015), menyebutkan bahwa seorang pekerja yang masa kerjanya kurang dari 5 tahun memiliki risiko terjadi LBP yang lebih rendah dibandingkan dengan pekerja yang bekerja lebih dari 5 tahun, yang akan memiliki risiko LBP yang lebih tinggi pada pengrajin sasirangan.

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Durasi Kerja

Rata-rata Durasi Kerja pengrajin sasirangan 7 jam/hari. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Icsal dkk., (2016), pengaruh durasi kerja yang lama meningkatkan faktor resiko keluhan muskuloskeletal. Seperti penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fatejarum dkk (2020), optimalnya seseorang bekerja adalah 6-8 jam perharinya, saat melebihi batas tersebut dan tidak disertai dengan efisiensi yang tinggi maka akan meningkatkan resiko terjadinya kelelahan, penyakit akibat kerja dan keluhan muskuloskeletal. Penelitian lain yang mendukung hasil penelitian ini adalah penelitian yang dilakukan Bilondatu (2018), bahwa jumlah durasi kerja yang efisien dalam seminggu berkisar antara 40-48 jam yang terbagi dalam 5 atau 6 hari kerja dan maksimal waktu kerja tambahan yang masih efisien adalah 30 menit. Jika seseorang bekerja secara terus menerus dapat berakibat keluhan terhadap fisik maupun mental.

5. Karakteristik Responden Berdasarkan Posisi Kerja

Menurut Sulaiman dan Sari (2016), posisi kerja merupakan titik penentu dalam menganalisa keefektifan dari suatu pekerjaan apakah sudah baik atau ergonomis. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh (Mongkareng dkk, 2019), posisi kerja duduk lama tanpa adanya penyesuaian menyebabkan melemahnya otot-otot perut, melengkungnya tulang belakang dan gangguan pada organ pernapasan dan pencernaan. Seperti penelitian yang dilakukan oleh (Astutik, 2015), Jika posisi duduk tidak benar, maka tulang belakang akan mendapat tekanan yang lebih besar dibandingkan bekerja dengan posisi berdiri atau berbaring. Tekanan tulang belakang pada posisi selain duduk yaitu sebesar 100%, dan tekanan akan meningkat menjadi 140% bila pekerja duduk dengan tegang dan kaku, dan tekanan akan meningkat menjadi 190% bila pekerja duduk dengan posisi membungkuk ke depan.

6. Karakteristik Responden Yang Mengalami Keluhan Muskuloskeletal

Rata-rata nilai kelelahan muskuloskeletal pengrajin sasirangan 49,3 dengan interpretasi rendah. Hal ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Tarwaka (2015), apabila otot menerima beban secara berulang dan dalam jangka waktu yang cukup lama maka dapat menyebabkan keluhan berupa kerusakan pada sendi, ligamen dan tendon. Menurut Safitri, (2017), sikap kerja yang tidak ergonomis diantaranya melakukan sikap kerja berulang akan cepat menimbulkan kelelahan dan berbagai gangguan pada sistem otot skeletal serta memerlukan energi yang sama seperti pada proses penangkapan ikan sehingga kelelahan lebih cepat muncul. Postur tubuh saat melakukan pekerjaan diantaranya postur janggal misalnya posisi punggung membungkuk kedepan, mengangkat, dan membawa beban berat tanpa bantuan alat bantu.

KESIMPULAN

Posisi kerja, durasi kerja, massa kerja erat hubungannya dengan keluhan muskuloskeletal. Terutama pada pengrajin sasirangan yang cenderung pada posisi duduk yang statis dan berisiko mengalami keluhan muskuloskeletal. Keluhan muskuloskeletal menyebabkan nyeri diberbagai lokasi tubuh seperti leher, bahu,

pinggul, pergelangan tangan, lutut dan pergelangan kaki. Pada penelitian ini didapatkan rata-rata para pengrajin sasirangan mengeluhkan tingkat keluhan rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, C. P. M. (2012). Masa kerja, sikap kerja dan kejadian sindrom karpal pada pembatik. *KEMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(2), 170-176.
- Fatejarum, A., Utami, N., & Mayasari, D. (2020). Faktor-faktor individu yang berhubungan dengan kejadian keluhan muskuloskeletal pada petani di Kecamatan Adiluwih Kabupaten Pringsewu. *AGROMEDICINEUNILA*, 7(1), 7-12.
- Fauziah, E., Sutjana, I. D. P., Adiputra, L. M. I. S. H., Tirtayasa, K., Sutajaya, I. M., & Suardana, P. G. E. (2018). Penerapan Cervical Stabilization Melalui Active Exercise Meningkatkan Kemampuan Fungsional Dan Produktivitas Kerja Penenun Endek Di Industri Tenun Ikat Denpasar. *Jurnal Ergonomi Indonesia*, 4(1), 317985.
- Icsal, M., Sabilu, Y., & Pratiwi, A. D. (2016). Faktor yang berhubungan dengan keluhan musculoskeletal disorders (msds) pada penjahit wilayah pasar panjang kota kendari tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 1-8.
- Patmala, N. K. C., Dewi, A. A. N. T. N., & Muliarta, I. M. Perbedaan Keluhan Muskuloskeletal Antara Pemahat Kayu dan Pelukis di Ubud.
- Putri, D. W., & Adhiarta, G. (2016). Perbaikan Stasiun Kerja Menurunkan Listrik Otot Dan Keluhan Muskuloskeletal Pada Pengrajin Ukir Kayu Di Desa Batuan Gianyar Bali.
- Rozana, F., & Adiatmika, I. P. G. (2014). Tingkat Kelelahan dan Keluhan Muskuloskeletal pada Penjahit di Kota Denpasar Provinsi Bali. *E-Jurnal Med. Udayana*, 3, 615-627.
- Tambuwun, J. H., Malonda, N. S., & Kawatu, P. A. (2020). Hubungan Antara Usia dan Masa Kerja dengan Keluhan Muskulo-skeletal pada Pekerja Mebel di Desa Leilem Dua Kecamatan Sonder. *Medical scope journal*, 1(2).