

SIKAP KERJA YANG BERHUBUNGAN DENGAN KELUHAN SUBJEKTIF PADA PENJAHIT DI JALAN PATUA SURABAYA

Maria Ulfa Dewi Andreani, Indriati Paskarini

Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
e-mail: dewiandreani@gmail.com

ABSTRACT: *Subjective complaints are symptomatic complaints and unpleasant feeling that felt by respondent. Incidence of subjective complaints is influenced by individual characteristics, job factors, and environmental factors. Tailors occupation which done by the tailors on jalan Patua Surabaya can make some subjective complaints. The objective of this research was to study work attitude related to subjective complaints of tailors on jalan Patua Surabaya. This was an observational analitic research. The population of the research was 58 tailors. Data were collected by interviewing 49 tailors and observation. Data obtained were analyzed by Chi-Square test. The independents variables of this research were respondent characteristic (aged, gender, smoking and exercise habits, work period, long hours of work) and works attitude. The dependent variable research was subjective complaints. The result of this research show all male gender respondent, 86% respondents had smoking habits, 51% respondents had exercise habits, 67% respondents had been working for ≤ 12 years, worked with ≤ 8 hours a day, 80% respondents with static sitting position and all at the responden work with unergonomic attitude. Showed that 69% respondent had subjective complaints and there were relation between subjective complaint and smoking habits ($p = 0,36$), exercise habit ($p = 0,47$), and work attitude ($p = 0,36$). It is recommended that respondent to not sit with static position for long time and take a rest for 5–10 minutes during there job hours.*

Keywords: *attitude of work, individual characteristics, subjective complaints*

ABSTRAK: Keluhan subjektif merupakan gejala keluhan serta perasaan tidak menyenangkan yang dirasakan responden. Timbulnya keluhan subjektif dipengaruhi oleh karakteristik individu, faktor pekerjaan, dan faktor lingkungan. Karakteristik individu meliputi umur, jenis kelamin, kebiasaan merokok, kebiasaan olahraga, masa kerja, lama kerja. Sikap kerja dikategorikan menjadi 3 yaitu sikap kerja duduk, sikap kerja berdiri, sikap kerja tidak alamiah. Tujuan umum penelitian ini untuk mempelajari keluhan subjektif yang berhubungan dengan sikap kerja pada penjahit di jalan Patua Surabaya. Penelitian ini dilakukan pada penjahit di jalan Patua Surabaya tahun 2013. Populasi penelitian adalah 58 responden dengan sampel berjumlah 49 penjahit yang bekerja di jalan Patua Surabaya dan sampel diambil dengan teknik simple random sampling. Data diperoleh dari kuesioner yang diperoleh dari Nordic Body Map. Data yang didapat dianalisis dengan menggunakan uji statistik yaitu Chi-Square dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berumur ≥ 35 tahun yaitu sebesar 79,4%, dengan jenis kelamin laki-laki yang mempunyai kebiasaan merokok sebesar 29,1%, kebiasaan berolahraga sebesar 17,3%, masa kerja < 12 tahun sebesar 72,7%, dan dengan lama bekerja dalam sehari < 8 jam/hari sebesar 75%. Sikap kerja statis sebesar 79,5%, dengan posisi kaki menggantung sebesar 78%, posisi punggung membungkuk sebesar 92,6%, posisi lengan menggantung sebesar 82,8%, dan posisi kepala menunduk sebesar 79,4%. Agar tidak menambah keluhan subjektif maka penjahit disarankan tidak melakukan posisi kerja duduk statis dan posisi punggung membungkuk dalam waktu yang cukup lama. Melakukan istirahat pendek selama 5–10 menit di sela waktu kerja

Kata kunci: sikap kerja, karakteristik individu, keluhan subjektif

PENDAHULUAN

Undang-undang nomor 23 tahun 1992 tentang kesehatan, pasal 23 mengenai kesehatan kerja disebutkan bahwa upaya kesehatan kerja wajib diselenggarakan pada setiap tempat kerja, khususnya tempat kerja yang mempunyai risiko bahaya kesehatan

yang besar bagi pekerja agar dapat bekerja secara sehat tanpa membahayakan diri sendiri dan masyarakat sekelilingnya, untuk memperoleh produktivitas kerja yang optimal, sejalan dengan program perlindungan tenaga kerja.

Penjahit yang berada di jalan Patua Surabaya merupakan salah satu dari

sekian banyak industri yang termasuk dalam jenis usaha sektor informal. Potensi bahaya yang dihadapi para penjahit di jalan Patua Surabaya dapat berakibat pada gangguan kesehatan karena bekerja dengan posisi duduk yang relatif lama. Duduk dalam waktu yang lama akan menimbulkan kejenuhan dan kelelahan, selain itu duduk lama dengan posisi yang salah dapat menyebabkan adanya beberapa keluhan subjektif pada otot rangka seperti keluhan pada otot leher, bahu, punggung, tangan, pinggang, kaki dan beberapa anggota tubuh lainnya.

Berdasarkan survei awal dengan cara observasi dan wawancara pada penjahit di jalan Patua Surabaya, dari 10 responden terdapat 0,7% mengalami beberapa keluhan diantaranya nyeri pinggang, terasa sakit pada punggung dan kram di perut, bengkak di kaki, kaku pada leher dan merasa kesemutan, serta nyeri pada tangan. Tetapi ada juga pekerja yang tidak mengalami satu pun keluhan selama bekerja.

Sikap kerja yang sering dilakukan oleh manusia dalam melakukan pekerjaan antara lain berdiri, duduk, membungkuk, jongkok, berjalan, dan lainnya. Sikap kerja tersebut dilakukan tergantung dari kondisi sistem kerja yang ada. Jika kondisi sistem kerjanya yang tidak sehat akan menyebabkan kecelakaan kerja, karena pekerja melakukan pekerjaan yang tidak aman (Sari, 2013). Duduk dalam waktu yang lama akan menimbulkan kejenuhan dan kelelahan, karena saat berdiri tegak, beban yang dipengaruhi oleh gravitasi bekerja pada garis lurus vertikal melalui pusat tubuh yang ditahan oleh tulang belakang dan diproyeksikan kedua kaki, dengan demikian pusat titik berat tubuh berada di depan tulang belakang, akibatnya terjadi moment gaya yang menyebabkan tubuh cenderung jatuh ke depan.

Uraian penjelasan dari latar belakang masalah diketahui bahwa sikap kerja penjahit dengan posisi kerja duduk dapat menimbulkan beberapa keluhan subjektif sehingga dilakukan penelitian untuk mengkaji beberapa keluhan subjektif yang berhubungan dengan sikap kerja pada penjahit.

Tujuan umum penelitian ini adalah mempelajari sikap kerja yang berhubungan dengan keluhan subjektif pada penjahit di jalan Patua Surabaya. Tujuan khusus penelitian ini adalah mengidentifikasi karakteristik responden meliputi umur, jenis kelamin, kebiasaan merokok, kebiasaan berolahraga, masa kerja, lama kerja pada penjahit di jalan Patua Surabaya, mengidentifikasi sikap kerja meliputi sikap kerja duduk, sikap kerja berdiri, sikap kerja tidak alamiah, mengidentifikasi keluhan subjektif, menganalisis hubungan karakteristik responden dengan keluhan subjektif dan menganalisis hubungan sikap kerja dengan keluhan subjektif pada penjahit di jalan Patua Surabaya.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian analitik, penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat observasional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua penjahit yang berjenis kelamin laki-laki dengan jumlah populasi 58 penjahit di jalan Patua Surabaya. Sampel dalam penelitian ini adalah 49 penjahit dengan menggunakan teknik *simple random sampling* (Sugiyono, 2008).

Variabel bebas (*independent variable*) dalam penelitian ini adalah karakteristik responden meliputi umur, jenis kelamin, kebiasaan merokok, kebiasaan berolahraga, masa kerja, lama kerja. Sikap kerja meliputi sikap kerja duduk, sikap kerja berdiri, sikap kerja tidak alamiah. Variabel tergantung (*dependen variable*) dalam penelitian ini adalah keluhan subjektif yang dirasakan penjahit.

Untuk melihat hubungan karakteristik responden dan sikap kerja dengan keluhan subjektif, data penelitian yang diperoleh akan diolah dan dianalisis dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square*, dengan nilai $\alpha = 5\%$ atau 0,05.

HASIL

Hubungan Keluhan subjektif dengan Karakteristik Responden

79,4% responden berumur ≤ 35 tahun dan mempunyai keluhan subjektif. Analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-*

square dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan umur responden diperoleh hasil nilai sig $0,041 < \alpha$, dengan $\alpha = 0,05$. H_0 ditolak maka ada hubungan antara keluhan subjektif dengan umur responden. 100% responden berjenis kelamin laki – laki

72,6% responden mempunyai kebiasaan merokok dan mempunyai keluhan subjektif. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan kebiasaan merokok responden diperoleh hasil nilai sig $0,022 < \alpha$, dengan $\alpha = 0,05$. H_0 ditolak maka ada hubungan antara keluhan subjektif dengan kebiasaan merokok responden.

92,9% responden yang mempunyai kebiasaan merokok menghabiskan ≤ 10 batang rokok setiap harinya. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan kebiasaan jumlah rokok responden diperoleh hasil nilai sig $0,036 < \alpha$, dengan $\alpha = 0,05$. H_0 ditolak maka ada hubungan antara keluhan subjektif dengan jumlah rokok yang dihisap responden dalam sehari.

Sebanyak 78,4% responden telah merokok selama > 10 tahun. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan lama merokok responden diperoleh hasil nilai sig $0,018 < \alpha$, dengan $\alpha = 0,05$. H_0 ditolak maka ada hubungan antara keluhan subjektif dengan lama merokok.

Sebesar 17,3% responden mempunyai kebiasaan berolahraga dari pada responden yang tidak mempunyai kebiasaan berolahraga. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan kebiasaan berolahraga responden diperoleh hasil nilai sig $0,03 < \alpha$, dengan $\alpha = 0,05$. H_0 ditolak maka ada hubungan antara keluhan subjektif dengan kebiasaan berolahraga.

80% responden berolahraga ≤ 2 kali dalam seminggu. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan frekuensi kebiasaan berolahraga responden diperoleh hasil nilai sig $0,023 < \alpha$, dengan $\alpha = 0,05$. H_0 ditolak maka ada hubungan antara keluhan subjektif dengan frekuensi kebiasaan berolahraga.

Sebesar 72,7% responden telah bekerja menjadi penjahit di jalan Patua Surabaya selama ≤ 12 tahun. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan masa kerja diperoleh hasil nilai sig $0,520$ dengan $\alpha = 0,05$ karena $0,520 > \alpha$ maka H_0 diterima sehingga tidak ada hubungan antara keluhan subjektif dengan masa kerja.

Sebesar 75% responden bekerja > 8 jam/hari. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan lama kerja diperoleh hasil nilai sig 1 dengan $\alpha = 0,05$ karena $1 > \alpha$ maka H_0 diterima sehingga tidak ada hubungan antara keluhan subjektif dengan lama kerja.

Hubungan Keluhan subjektif dengan Sikap Kerja Responden

Sebesar 79,5% responden bekerja dengan sikap kerja duduk statis dan mempunyai keluhan subjektif dari pada responden yang bekerja dengan sikap kerja duduk dinamis. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan sikap kerja duduk responden diperoleh hasil nilai sig $0,005$ dengan $\alpha = 0,05$ karena $0,005 < \alpha$ maka H_0 ditolak sehingga ada hubungan antara keluhan subjektif dengan sikap kerja duduk responden

Sebesar 100% responden bekerja dengan sikap kerja posisi duduk tidak ada yang bekerja dengan posisi berdiri karena menjahit menggunakan mesin memang hanya bisa dikerjakan dengan duduk.

100% responden bekerja dengan sikap kerja tidak alamiah. Karena semua responden yang bekerja sebagai penjahit di jalan Patua Surabaya bekerja dengan posisi bagian tubuh bergerak menjauhi posisi alamiah.

Sebanyak 78% responden bekerja dengan posisi kaki menggantung. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi kaki responden pada waktu bekerja diperoleh hasil nilai sig 0,007 dengan $\alpha = 0,05$ karena $0,007 < \alpha$ maka H_0 ditolak sehingga ada hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi kaki responden pada waktu bekerja.

92,6% responden bekerja dengan posisi punggung membungkuk. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi punggung responden pada waktu bekerja diperoleh hasil nilai sig 0 dengan $\alpha = 0,05$ karena $0 < \alpha$ maka H_0 ditolak sehingga ada hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi punggung responden pada waktu bekerja.

Sebesar 82,8% responden bekerja dengan posisi lengan menggantung. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi lengan responden diperoleh hasil nilai sig 0,033 dengan $\alpha = 0,05$ karena $0,033 < \alpha$ maka H_0 ditolak sehingga ada hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi lengan responden pada waktu bekerja.

79,4% responden bekerja dengan posisi kepala menunduk. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi kepala responden diperoleh hasil nilai sig 0,041 dengan $\alpha = 0,05$ karena $0,041 < \alpha$ maka H_0 ditolak sehingga ada hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi kepala responden pada waktu bekerja.

Hasil hubungan Keluhan subjektif dengan Beberapa Variabel Responden

(Tabel 1)

Tabel 1. Hasil hubungan keluhan subjektif dengan beberapa variabel pada pekerja penjahit di jalan Patua Surabaya

Deskripsi Variabel	Nilai Phi	Kuat Hubungan	Hasil Analisis
Umur	0,32	lemah	$0,041 < \alpha$, H_0 ditolak maka ada hubungan
Jenis kelamin	–	–	Tidak adanya kelompok pembanding yaitu pekerja perempuan, 100% pekerja laki-laki
Kebiasaan merokok :	0,36	Lemah	$0,022 < \alpha$, H_0 ditolak maka ada hubungan
a. Jumlah batang rokok	0,33	Lemah	$0,036 < \alpha$, H_0 ditolak maka ada hubungan
b. Lama merokok	0,41	Cukup kuat	$0,018 < \alpha$, H_0 ditolak maka ada hubungan
Kebiasaan olahraga :	0,47	Cukup kuat	$0,03 < \alpha$, H_0 ditolak maka ada hubungan
a. Frekuensi olahraga	0,51	Cukup kuat	$0,023 < \alpha$, H_0 ditolak maka ada hubungan
Lama kerja	0,10	Sangat lemah	$1 > \alpha$, H_0 diterima maka tidak ada hubungan
Masa kerja	0,05	Sangat lemah	$0,520 > \alpha$, H_0 diterima maka tidak ada hubungan
Sikap kerja :			
a. Sikap kerja duduk	0,36	Lemah	$0,005 < \alpha$, H_0 ditolak maka ada hubungan
b. Sikap kerja berdiri	–	–	Sebesar 100% tidak ada yang bekerja dengan posisi berdiri
c. Sikap kerja tidak alamiah:			
a) Posisi kaki	0,42	Cukup kuat	$0,007 < \alpha$, H_0 ditolak maka ada hubungan
b) Posisi punggung	0,40	Cukup kuat	$0,005 < \alpha$, H_0 ditolak maka ada hubungan
c) Posisi lengan	0,34	Lemah	$0,033 < \alpha$, H_0 ditolak maka ada hubungan
d) Posisi kepala	0,31	Lemah	$0,041 < \alpha$, H_0 ditolak maka ada hubungan

PEMBAHASAN

Sebesar 79,4% responden berumur ≤ 35 tahun dan mempunyai keluhan subjektif. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan umur responden diperoleh hasil nilai sig $0,041 < \alpha$, dengan $\alpha = 0,05$. H_0 ditolak maka ada hubungan antara keluhan subjektif dengan umur responden. Menurut (Chappin dalam Fitriningsih, 2011) menyatakan bahwa pada umumnya keluhan otot mulai pada usia 25 tahun. Keluhan pertama biasanya dimulai pada usia 35 tahun dan tingkat keluhan akan terus bertambah sejalan dengan bertambahnya umur. (Bridger dalam Mutiah, 2013) mengatakan bahwa meningkatnya usia akan terjadi degenerasi pada tulang dan keadaan ini mulai terjadi disaat seseorang berusia 30 tahun. Usia 30 tahun terjadi degenerasi yang berupa kerusakan jaringan, pergantian jaringan menjadi jaringan parut, pengurangan cairan. Hal tersebut menyebabkan stabilitas pada tulang dan otot menjadi berkurang sehingga semakin tua seseorang maka semakin tinggi risiko orang tersebut mengalami penurunan elastisitas pada tulang yang menjadi pemicu timbulnya gejala *musculoskeletal*. Meskipun daya regenerasi tulang masih bagus tetapi responden ≤ 35 tahun juga bekerja dengan risiko ergonomi tinggi sehingga menyebabkan pada penelitian ini usia mempunyai hubungan untuk terjadinya keluhan subjektif.

100% responden berjenis kelamin laki-laki, karena tidak adanya responden pembandingan yaitu pekerja penjahit yang berjenis kelamin perempuan maka dapat disimpulkan hubungan antara keluhan subjektif dengan jenis kelamin pada pekerja penjahit di jalan Patua Surabaya sebanyak 34 responden (69%) mengalami keluhan subjektif. Teori yang dikemukakan oleh (Tarwaka, 2010) menjelaskan bahwa jenis kelamin sangat mempengaruhi tingkat risiko keluhan otot. Hal ini terjadi karena secara fisiologis, kemampuan otot wanita memang lebih rendah dari pada pria. (Astrand & Rodahl dalam Tarwaka, 2010) menjelaskan bahwa kekuatan otot wanita hanya sekitar

2/3 dari kekuatan pria, sehingga daya tahan otot pria pun lebih tinggi dibandingkan dengan wanita. Kekuatan otot wanita kurang lebih hanya 60% kekuatan otot pria, khususnya untuk otot lengan, punggung dan kaki. Perbandingan keluhan otot antara pria dan wanita adalah 1:3.

29,1% responden mempunyai kebiasaan merokok dan mengalami keluhan subjektif. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan kebiasaan merokok responden diperoleh hasil nilai sig $0,022 < \alpha$, dengan $\alpha = 0,05$ H_0 ditolak maka ada hubungan antara keluhan subjektif dengan kebiasaan merokok responden. Sebesar 92,9% responden merokok menghabiskan ≤ 10 batang dalam sehari dan mempunyai keluhan subjektif, berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan kebiasaan jumlah rokok responden diperoleh hasil nilai sig $0,036 < \alpha$, dengan $\alpha = 0,05$. H_0 ditolak maka ada hubungan antara keluhan subjektif dengan jumlah rokok yang dihisap responden dalam sehari. Sebanyak 78,4% responden telah merokok selama > 10 tahun, berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan lama merokok responden diperoleh hasil nilai sig $0,018 < \alpha$, dengan $\alpha = 0,05$ H_0 ditolak maka ada hubungan antara keluhan subjektif dengan lama merokok. Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh (Tarwaka, 2010) meningkatnya keluhan otot sangat erat hubungannya dengan lama dan tingkat kebiasaan merokok. Semakin lama dan semakin tinggi frekuensi merokok, semakin tinggi pula tingkat keluhan otot yang dirasakan. Kebiasaan merokok yang sudah dilakukan selama 18 sampai 32 tahun memiliki risiko terkena hipertensi sebesar 3.78 kali sedangkan perokok yang memiliki kebiasaan merokok selama 33 sampai 58 tahun mempunyai risiko sebesar 5.21 kali

terkena hipertensi. (Martini & Hendrati dalam Musbyarini, 2010)

17,3% responden mempunyai kebiasaan olahraga, analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan kebiasaan berolahraga responden diperoleh hasil nilai sig $0,03 < \alpha$, dengan $\alpha = 0,05$. Ho ditolak maka ada hubungan antara keluhan subjektif dengan kebiasaan berolahraga. Sebanyak 80% responden berolahraga ≤ 2 kali dalam seminggu, berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan frekuensi kebiasaan berolahraga responden diperoleh hasil nilai sig $0,023 < \alpha$, dengan $\alpha = 0,05$. Ho ditolak maka ada hubungan antara keluhan subjektif dengan frekuensi kebiasaan berolahraga. Pada umumnya keluhan nyeri otot jarang ditemukan pada orang yang dalam aktivitas kesehariannya mempunyai cukup waktu untuk istirahat. Sebaliknya bagi yang dalam kesehariannya melakukan pekerjaan yang memerlukan pengerahan atau tenaga yang besar dan tidak mempunyai waktu istirahat yang cukup, hampir dapat dipastikan akan terjadi keluhan otot. Tingkat keluhan otot juga sangat dipengaruhi oleh tingkat kesegaran tubuh. Tingkat kesegaran tubuh yang rendah maka risiko terjadinya keluhan adalah 7,1%, tingkat kesegaran tubuh sedang adalah 3,2% dan tingkat kesegaran tubuh tinggi adalah 0,8%. Tingkat kesegaran tubuh yang rendah akan mempertinggi risiko terjadinya keluhan otot. Keluhan otot akan meningkat sejalan dengan bertambahnya aktivitas fisik. (Tarwaka, 2010)

Sebesar 72,7% responden bekerja selama ≤ 12 tahun dan mengalami keluhan subjektif. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan masa kerja diperoleh hasil nilai sig 0,520 dengan $\alpha = 0,05$ karena $0,520 > \alpha$ maka Ho diterima sehingga tidak ada hubungan antara keluhan subjektif dengan masa kerja. Hal ini tidak sesuai dengan teori

yang dikemukakan oleh Tarwaka (2004), keluhan nyeri otot merupakan penyakit kronis yang membutuhkan waktu lama untuk berkembang dan bermanifestasi. Jadi semakin lama waktu bekerja semakin lama seorang terpajan faktor risiko keluhan nyeri otot semakin besar pula risiko untuk mengalami keluhan nyeri otot. Masa kerja merupakan akumulasi aktivitas kerja seseorang yang dilakukan dalam jangka waktu yang panjang. Apabila aktivitas tersebut dilakukan terus-menerus dan menahun dan mengakibatkan gangguan pada tubuh. Tekanan fisik pada satu kurun waktu tertentu mengakibatkan berkurangnya kinerja otot, dengan gejala makin rendahnya gerakan. Tekanan yang terakumulasi setiap harinya pada suatu masa yang panjang, keadaan seperti ini yang berlarut mengakibatkan memburuknya kesehatan. Tidak adanya hubungan antara keluhan subjektif dengan masa kerja disebabkan oleh proses adaptasi kerja yang dapat memberikan efek positif yaitu dapat menurunkan ketegangan dan peningkatan aktivitas atau performansi kerja. Responden beradaptasi dengan pekerjaannya dan tidak terlalu mengeluhkan keluhan yang biasanya dirasakan karena sudah terbiasa bekerja sebagai penjahit maka responden beranggapan bahwa keluhan yang dirasakan cepat atau lambat akan timbul dengan sendirinya sehingga responden menikmati pekerjaannya tanpa memperdulikan keluhan yang dirasakan. (Budiono dalam Khazainun, 2013)

75% responden bekerja > 8 jam sehari, analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan lama kerja diperoleh hasil nilai sig 1 dengan $\alpha = 0,05$ karena $1 > \alpha$ maka Ho diterima sehingga tidak ada hubungan antara keluhan subjektif dengan lama kerja. Hal ini menunjukkan bahwa lama jam kerja tersebut belum berisiko mengalami keluhan dibandingkan responden lainnya yang memiliki lama jam kerja diatas > 8 jam/hari karena semakin lama seseorang bekerja semakin lama pula seseorang terpajan risiko untuk mengalami keluhan nyeri otot (Tarwaka, 2010). Tidak adanya

hubungan antara keluhan subjektif dengan lama jam kerja disebabkan karena lama jam kerja responden antara 1 penjahit dengan penjahit lainnya tidak sama, jika tidak ada pekerjaan maka responden akan mengobrol dengan teman disebelahnya tetapi tetap dengan posisi duduk. Sehingga responden tidak terlalu menganggap adanya keluhan yang dirasakan, dan keluhan yang dirasakan tidak terlalu mengganggu aktivitas kerja responden.

Sebesar 79,5% responden bekerja dengan sikap kerja duduk statis dan mengalami keluhan subjektif. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan sikap kerja duduk responden diperoleh hasil nilai sig 0,005 dengan $\alpha = 0,05$ karena $0,005 < \alpha$ maka H_0 ditolak sehingga ada hubungan antara keluhan subjektif dengan sikap kerja duduk responden. Beban kerja statis menyebabkan kelelahan otot rangka. Sikap tubuh statis yang lama menjadi faktor yang utama dalam kehidupan modern, yang menjadi penyebab nyeri otot rangka akibat kerja. Kerja dengan posisi duduk secara terus menerus atau statis mengakibatkan kontraksi otot cepat menjadi statis dan *the load pattern* menjadi lebih kuat dibandingkan dengan kontraksi dinamis. Pekerjaan yang monoton, ukuran sarana kerja dan antropometri yang tidak sesuai dapat menyebabkan sikap kerja yang tidak alamiah, memberikan beban kerja tambahan dan akhirnya dapat menyebabkan keluhan subjektif. (Tarwaka dalam Khaizun, 2013)

100% responden bekerja dengan posisi duduk. Tidak ada responden bekerja dengan posisi berdiri karena menjahit menggunakan mesin memang hanya bisa dikerjakan dengan duduk. Menurut teori (Nurmianto, 2004). Duduk memerlukan lebih sedikit energi dari pada berdiri karena hal itu dapat mengurangi banyaknya beban otot statis pada kaki. Hal ini menunjukkan bahwa bekerja dengan posisi duduk lebih baik dibandingkan bekerja dengan posisi berdiri.

Sebanyak 100% responden bekerja dengan sikap kerja tidak alamiah dan menimbulkan keluhan subjektif. Sikap kerja

yang tidak alamiah kurang dapat mendukung terpeliharanya kesehatan yang optimal akibatnya akan terjadi berbagai keluhan yang diakibatkan kesalahan sikap kerja berupa perasaan yang tidak menyenangkan atau nyeri pada otot. Sikap kerja tidak alamiah akan menimbulkan kontraksi otot secara isometris (melawan tahanan) pada otot utama yang terlibat dalam pekerjaan. Postur tidak alamiah dapat menyebabkan otot tidak dapat bekerja efisien, oleh karena itu, otot memerlukan kekuatan lebih untuk dapat menyelesaikan tugasnya, di mana hal ini dapat meningkatkan beban yang dapat menyebabkan kelelahan dan ketegangan pada otot dan tendon. (Kuswati, 2008)

Sebesar 78% responden pada waktu bekerja posisi kaki menggantung dan mengalami keluhan subjektif. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi kaki responden pada waktu bekerja diperoleh hasil nilai sig 0,007 dengan $\alpha = 0,05$ karena $0,005 < \alpha$ maka H_0 ditolak sehingga ada hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi kaki responden pada waktu bekerja.

Sebesar 92,6% responden pada waktu bekerja posisi punggung membungkuk dan mempunyai keluhan subjektif. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi punggung responden pada waktu bekerja diperoleh hasil nilai sig 0 dengan $\alpha = 0,05$ karena $0 < \alpha$ maka H_0 ditolak sehingga ada hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi punggung responden pada waktu bekerja. Risiko tinggi pada punggung disebabkan karena adanya postur punggung membentuk sudut ≥ 200 , miring, berputar, frekuensi ≥ 2 kali/menit dan durasi ≥ 10 detik dari postur tidak alamiah, otot punggung akan bekerja keras menahan beban. Gerakan yang terlalu sering, cepat dan dalam waktu yang lama dapat menyebabkan keluhan otot karena otot menerima tekanan akibat beban kerja terus menerus tanpa melakukan relaksasi (Khazainun, 2013). Sikap kerja duduk dengan posisi punggung membungkuk dalam waktu lama akan menyebabkan

keluhan pada *joint angle* (Helendar dalam Soewarno, 2005)

Sebesar 82,8% responden pada waktu bekerja posisi lengan menggantung dan mempunyai keluhan subjektif. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi lengan responden diperoleh hasil nilai sig 0,033 dengan $\alpha = 0,05$ karena $0,033 < \alpha$ maka H_0 ditolak sehingga ada hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi lengan responden pada waktu bekerja.

Sebesar 79,4% responden pada waktu bekerja posisi kepala menunduk dan mempunyai keluhan subjektif. Berdasarkan analisis yang dilakukan dengan metode uji *chi-square* dan pembacaan hasil dari *crosstabs* untuk mengetahui hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi kepala responden diperoleh hasil nilai sig 0,041 dengan $\alpha = 0,05$ karena $0,041 < \alpha$ maka H_0 ditolak sehingga ada hubungan antara keluhan subjektif dengan posisi kepala responden pada waktu bekerja. Sebuah penelitian yang dilakukan (Maya dalam Mutiah, 2013) menemukan hubungan yang signifikan antara beban otot statis dengan keluhan bagian leher. Beban otot statis ditimbulkan akibat otot dalam keadaan tegang tanpa menghasilkan gerakan dan ketika postur tubuh dalam kondisi tidak alamiah, dalam hal ini adalah leher melakukan fleksi (menunduk) ≥ 200 ketika bekerja selama 4 menit.

KESIMPULAN

Sebagian responden berumur ≤ 35 tahun, secara keseluruhan responden bekerja dengan sikap kerja duduk statis, responden pekerja penjahit bekerja dengan menunjukkan sikap kerja tidak alamiah atau tidak ergonomi. Pekerja penjahit di jalan Patua Surabaya disarankan untuk memperbaiki sikap kerja dengan tidak melakukan posisi kerja duduk statis dan posisi punggung membungkuk dalam waktu yang cukup lama. Sikap kerja penjahit pada saat duduk hendaknya dalam posisi fisiologis duduk dengan posisi punggung tegap dan tidak membungkuk, agar tidak menambah

keluhan subjektif ataupun tingkat keparahan keluhan, sebaiknya responden melakukan istirahat pendek selama 5–10 menit di sela waktu kerja supaya otot dapat berlekasasi mendapatkan suplai oksigen cukup. Jika sikap kerja duduk maka diselingi dengan sikap berdiri untuk melemaskan otot dan terhindar dari stres otot sehingga tidak menyebabkan keluhan *musculoskeletal*.

DAFTAR PUSTAKA

Fitriningsih, dkk., 2011. Hubungan Umur, Beban Kerja Dan Posisi Duduk Saat Bekerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Pada Pengemudi Angkutan Kota di Kabupaten Wonosobo Jawa Tengah. volume 5 no 2. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Ahmad Dahlan*.

Khaizun, 2013. Faktor Penyebab Keluhan subjektif Pada Punggung Pekerja Tenun Sarung. volume 3 no 2. *Unnes Journal of Public Health*

Kuswati A, Wahyudi, Ratifah, 2008. Pengetahuan Pekerja Pengrajin Tempe Tentang Penggunaan Metode Terapi Latihan Model William dan Kenzie di Desa Pliken Kembaran Banyumas. volume 3 no 2. *The Soedirman Journal of Nursing*

Musbyarini Kartika, Faisal Anwar, 2010. Gaya Hidup Dan Status Kesehatan Sopir Bus Sumber Alam Di Kabupaten Purworejo Jawa Tengah. Volume 5 No 1. *Jurnal Gizi Dan Pangan*.

Mutiah Annisa, Yuliani Setyaningsih, 2013. Analisis Tingkat risiko Musculoskeletal Disorders (MSDs) Dengan The BriefTM Survey Di Karakteristik Individu Terhadap Keluhan MSDs Pembuat Wajan Di Desa Cepogo Boyolali. volume 2 no 2. *Ejournals1.Undip*

Nurmianto, E. 2004. Ergonomi Konsep Dasar Dan Aplikasinya. Surabaya : Guna Widya

Soewarno Aik, 2005. Perbaikan Lingkungan Kerja Pada Pengrajin Ukiran kelongsong Peluru Dengan Menyesuaikan Tinggi Meja Kerja Di Desa Kamasan Klungkung. volume 3 no 2. *Jurnal Pemukiman Natah*

Tarwakka, dkk. 2004. ERGONOMI: Untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja, dan Produktivitas. Surakarta : UNIBA PRESS