

PERILAKU KESEHATAN KERJA OPERATOR ROSTER TERHADAP PENCEGAHAN KELELAHAN KERJA MENGUNAKAN PENDEKATAN KUALITATIF

Yayan Harry Yadi[†]

Jurusan Teknik Industri Universitas Sultan Ageng Tirtayasa Cilegon

Jl. Jend. Sudirman Km. 3 Cilegon, Banten 42435

E-mail: kangyayan@gmail.com

ABSTRAK

Upaya peningkatan kesehatan kerja dengan melihat aspek perilaku pekerja pengrajin kayu, khususnya pada pekerjaan pembuatan roster mempunyai resiko terjadinya kelelahan kerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku pekerja pembuat roster terhadap kelelahan kerja. Observasi dan wawancara dilakukan pada operator pembuat roster kayu, berdasarkan data sebagian besar pekerja sudah terindikasi kelelahan kerja disebabkan karena perilaku yang tidak sehat pada saat melakukan pekerjaan pembuatan roster. Metode yang digunakan yaitu pendekatan kualitatif berbentuk Rapid Survei Assessment (RAP) dengan menggunakan wawancara mendalam sebagai metode pengumpulan data utama dan studi dokumen sebagai penunjang. Hasil penelitian menunjukkan upaya pencegahan terjadinya kelelahan kerja dapat dilakukan melalui upaya peningkatan perilaku sikap, pengetahuan dan tindakan yaitu dengan mengubah cara kerja, training dan metode kerja.

Kata Kunci: Kelelahan Kerja, Perilaku, Sikap, Pengetahuan, Metode Kualitatif

[†] Corresponding Author

1. PENDAHULUAN

Manusia dalam melakukan aktivitas sehari-hari punya resiko atas pekerjaan yang dilakukannya, salah satu resiko dalam bekerja yaitu penyakit akibat kerja (PAK). ILO (1996) menyebutkan Penyakit akibat kerja atau occupational diases adalah penyakit yang diderita sebagai akibat pemajanan faktor-faktor yang timbul dari kegiatan pekerjaan. Faktor bahaya akibat kerja yang disebabkan posisi tidak ergonomis dapat menyebabkan terjadinya gangguan pada sistem otot rangka atau lebih dikenal dengan Musculoskeletal disorder (MSDs).

Manusia dalam melakukan aktivitas sehari-hari punya resiko atas pekerjaan yang dilakukannya, salah satu resiko dalam bekerja yaitu PAK atau di sebut Penyakit Akibat Kerja. PAK merupakan penyakit yang disebabkan oleh pekerjaan/lingkungan kerja, oleh karena itu kesehatan karyawan harus menjadi prioritas utama salah satunya dengan menjaga stamina dan kebugaran karyawan tetap vit sehingga tidak sampai terjadi kelelahan pada saat melakukan pekerjaan.

2. METODE PENELITIAN

2.1 Lokasi dan Rancangan Penelitian

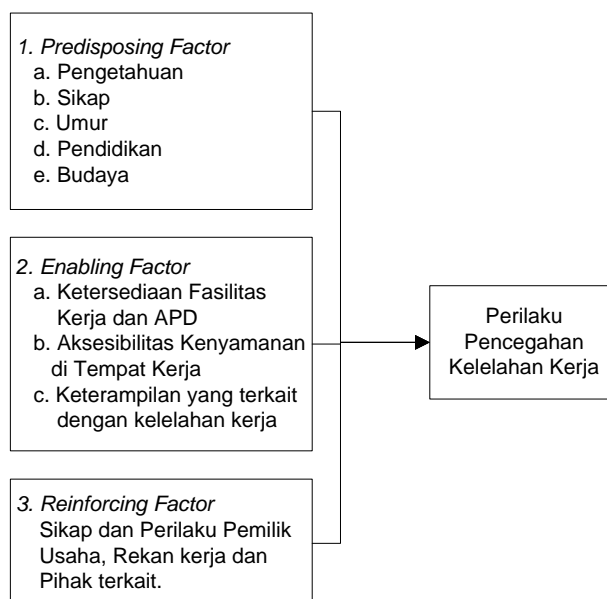
Lokasi penelitian yaitu di panglong pembuatan roster kayu di Desa Waringin Kurung, Serang Banten. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan Rapid Assessment Procedure.

2.2 Kerangka Teori

Berdasarkan wawancara dan observasi awal pada pekerjaan pembuatan roster kayu di panglong mandiri yang berlokasi di waringin kurung sebagian besar pekerja sudah terkena PAK. Kelelahan menunjukkan kondisi yang berbeda-beda dari setiap individu, tetapi semuanya bermuara pada kehilangan efisiensi dan penurunan kapasitas kerja serta ketahanan tubuh (Tarwaka, 2004). Kelelahan adalah aneka keadaan yang disertai penurunan efisiensi dan ketahanan dalam bekerja (Suma'mur, 1989). Kelelahan kerja akan menurunkan kinerja dan menambah tingkat kesalahan kerja (Nurmianto, 2003).

Perilaku karyawan dalam mencegah terjadinya kelelahan kerja sangat dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, kelengkapan peralatan kerja dan pengawasan dalam melakukan suatu pekerjaan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian kualitatif untuk menggali informasi dan mencari akar masalah yang menjadi dasar latar belakang perilaku untuk mencegah kelelahan dalam pekerjaan khususnya pembuatan roster kayu.

Informan diambil berdasarkan purposive sampling yaitu pemilihan informan berdasarkan pertimbangan tertentu. Dalam penelitian ini terdiri atas informan utama dan informan kunci. Informan utama yaitu para pekerja roster kayu sedangkan informan kunci adalah pemilik usaha roster kayu.



Gambar 1. Kerangka Teori Lawrence Green (Dalam Notoatmodjo, 2003)

2.3 Pengumpulan Data

Pengumpulan data dengan wawancara mendalam berdasarkan pedoman wawancara yang telah dibuat

dan studi dokumen sebagai pendukung teori Laurence Green.

2.4 Analisis Data

Setelah melakukan wawancara dilakukan transkrip verbatim, kemudian dilakukan Content Analysis dengan membuat tema-tema, membagi dalam kategori dan pola hubungan kategori.

Selanjutnya dibuat kesimpulan dan interpretasi sementara serta analisis teoritis, dilakukan validasi Triangulasi sumber (cross cek dengan sumber data lain).

3. HASIL

3.1 Pengetahuan

Pengetahuan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah tingkat pemahaman informan terkait pengetahuan tentang kelelahan kerja berdasarkan gejala dan penyebabnya. Berdasarkan hasil wawancara mendalam tentang pengetahuan informan terhadap kelelahan menunjukkan bahwa sebagian besar mengatakan bahwa kelelahan kerja

ditandai dengan pegalnya otot di sekitar bahu dan lengan.

Bapak ISK berprofesi sebagai operator pembuatan roster kayu mengatakan bahwa terjadinya pegal disekitar perut dikarenakan mengangkat beban terlalu berat pernah menderita penyakit hernia (turun berok) sampai pernah dibawa ke rumah sakit.

“Pegal dan sakitnya di daerah perut..., ngangkat beban berat..., dulu pernah masuk rumah sakit..., uratnya ketarik, apa namanya...kalo bahasa jawa turun berok...iya gara-gara pekerjaan ini” (ISK, Operator roster kayu).

3.2 Sikap Kerja

Untuk mengurangi terjadinya penyakit akibat kerja diperlukan cara dan metode kerja yang baik sehingga dapat mengurangi terjadinya kelelahan

kerja. Seperti yang dituturkan oleh bapak HSN pemilik usaha roster kayu

“...emang saya lagi nerapin cara....mengubah cara kerja...dari yang manual...mau yang lebih gede tinggal mendidik yang kerja aja,...kan biasanya saya kasih mesin potong mesin serutan satu-satu nih...saya pengen nerapin yang lebih gede...kaya mesin duduk neh...kayaknya itu tingkat kebisingan juga kurang...debu kurang...cuma tinggal nerapin sama yang kerja aja”.

3.3 Perilaku

Untuk mengurangi terjadinya penyakit akibat kerja, sebagian besar informan mengatakan bahwa pencegahan yang dilakukan terhadap kelelahan kerja yaitu dengan mengajarkan dan melatih sejak dini

para pekerja agar memahami tupoksi pekerjaannya masing-masing, dengan begitu mereka bisa efisien dan efektif dalam bekerja, seperti yang dikatakan bapak TRY operator roster kayu

“...tau ya dari kecil diajarinnya kayak gini..., sudah dari dulu...kedepannya nyari yang lebih baik lagi...”

4. PEMBAHASAN

Hasil data penelitian ini menunjukkan konsep pencegahan yang dilakukan pada operator roster kayu dalam hal pencegahan kelelahan kerja yaitu dengan mengubah cara kerja, metode kerja dan training. sebagai penguat faktor predisposing, kelelahan dapat dikurangi dengan memberikan upaya promosi kesehatan melalui edukasi pengetahuan cara menggunakan alat kerja yang aman, membuat standard operating prosedur yang baku penggunaan alat, mengubah metode kerja dari kebiasaan jongkok pada saat merakit roster menjadi

posisi duduk dan atau berdiri, sehingga potensi kelelahan otot yang dapat menimbulkan kelelahan kerja dapat dimimalisir, serta penggunaan alat pelindung diri (APD) berupa masker, penutup rambut, dan earplug karena dapat membahayakan kesehatan pekerja akibat terpapar debu dan bising. Sedangkan sebagai penguat faktor enabling sebaiknya pemilik usaha menyediakan fasilitas apd dan penyuluhan informasi seputar kesehatan kerja. Adapun APD yang harus disediakan seperti masker, kacamata kerja, penutup rambut dan earplug penutup

telinga. Sedangkan pemberian informasi hidup sehat dapat dilakukan dengan penataan ulang layout kerja yang ergonomis, identifikasi bahaya di sekitar tempat kerja dan cara penanganannya, pembuatan standard operating prosedur (SOP) kerja. Terakhir, sebagai penguat faktor reinforcing akan lebih baik

apabila pihak pemerintah dalam hal ini Pembina ukm, petugas kesehatan melakukan sosialisasi hidup sehat di tempat kerja melalui pemasangan poster atau pembinaan langsung ke pengrajin-pengrajin kayu untuk bekerja dengan lebih sehat, lebih aman dan nyaman.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

a. Pemahaman operator pengrajin kayu dalam hal upaya hidup sehat di tempat kerja yang dapat menyebabkan terjadinya kelelahan kerja masih minim, sehingga diperlukan penyuluhan dan training untuk menambah pengetahuan karyawan.

b. Pengadaan fasilitas kerja APD (masker, penutup rambut, kacamata dan earplug), penataan

ulang layout kerja dan merubah metode kerja sangat dilakukan segera karena dapat mengurangi potensi terjadinya kelelahan kerja yang dapat menimbulkan kecelakaan kerja.

c. Masih minimnya peran pemerintah dan instansi terkait terhadap upaya promosi hidup sehat pada industri pengrajin kayu.

5.2 Saran

a. Bagi pemilik usaha pengrajin kayu, diperlukan pengadaan APD, tata letak dan metoda kerja.

b. Bagi karyawan atau operator, perlu adanya kesadaran dari diri sendiri untuk tetap waspada dan berperilaku aman di tempat kerja, yaitu dengan bijak memakai APD dan lebih peduli lagi terhadap potensi bahaya di tempat kerja.

c. Bagi pemerintah, sebaiknya upaya promosi kesehatan di tempat kerja dapat lebih massif lagi dengan turun ke industri kecil dan menengah, minimal dengan membuat poster kesehatan dan keselamatan di tempat kerja.

d. Bagi penelitian selanjutnya, ada baiknya dilakukan kombinasi mix metode kualitatif dan kuantitatif.

PUSTAKA

Andini, F. (2015). Risk Factors of Low Back Pain in Workers. *J MAJORITY*, VOLUME 4 Nomor 1.

Bureau of Labor Statistics. (2015). *Nonfatal Occupational Injuries and Illnesses Requiring Days Away From Work, 2014*. United States of America: U.S. Department of Labor.

Company, T. E. (2004). *Kodak's Ergonomic Design for People at Work*. Canada: John Wiley & Sons, Inc. .

Daellenbach, H. G., & C., M. (2005). *Management Science, Decision making trough systems thinking*. University of Canterbury, Christchurch, New Zealand: Palgrave Macmillan.

Grant D. Huang, M. P. (2002). Occupational Stress and Work-Related Upper Extremity Disorders: Concepts and Models. *AMERICAN JOURNAL OF INDUSTRIAL MEDICINE* 41, 298-314.

Handayani, W. (2011). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Muskuloskeletal Disorders Pada Pekerja di Bagian Polishing PT.

Surya Toto Indonesia. Tbk Tangerang. Jakarta: Universitas Islam Negeri, Syarif Hidayatullah Jakarta.

Iridiastadi, H., & Yassierli. (2015). *Ergonomi Suatu Pengantar*. Bandung: Rosda.

J.-B. Lanfranchi, A. D. (2008). Explicative models of musculoskeletal disorders (MSD): From biomechanical and psychosocial factors to clinical analysis of ergonomics. *Revue européenne de psychologie appliquée* 58 , 201-213.

Jalajuwita, R. N., & Paskarini, I. (2015). Hubungan Posisi Kerja dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Unit Pengelasan PT. X Bekasi. *34 The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, Vol. 4, No. 1 , 33-42.

Koesyanto, H. (2013). Masa Kerja Dan Sikap Kerja Duduk Terhadap Nyeri Punggung. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 9 (1), 9-14.

- Kusmasari, W. (2009). Perbandingan Metode Cepat Evaluasi Ergonomi dengan Pengukuran Kelelahan secara Subjektif dan Biomekanika di Industri Konstruksi. Bandung: ITB.
- Omosefe O. Abbe, C. M. (2011). Modeling the relationship between occupational stressors, psychosocial/physical symptoms and injuries in the construction industry. *International Journal of Industrial Ergonomics* Vol.41 , 106-117.
- S. Eaves, D. G. (2016). Building healthy construction workers: Their views on health, wellbeing and better workplace design. *Applied Ergonomics* Vol. 54 , 10-18.
- Tana, L., & Halim, F. X. (2011). Determinan Nyeri Pinggang pada Tenaga Paramedis di Beberapa Rumah Sakit di Jakarta. *J Indon Med Assoc*, Volum: 61, Nomor: 4.
- Widanarko, B., Legg, S., Devereux, J., & Stevenson, M. (2015). Interaction between physical and psychosocial work risk factors for low back symptoms and its consequences amongst Indonesian coal mining workers. *Applied Ergonomics* 46 , 158-167.
- Widanarko, B., Legg, S., Stevenson, M., & Devereux, J. E. (2013). Gender differences in work-related risk factors. *Ergonomics* Vol 55 No.3, 327-342.
- Green, Lawrence W, et all. 1980. *Health Education Planning, A Diagnostic Approach*, 1st Ed, Mayfield Publishing Company, Palo Alto.
- Moleong B., 2009. *Penelitian Kualitatif*
- Notoatmodjo S. 2010. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.