

HUBUNGAN POSTUR KERJA DENGAN KEJADIAN KELELAHAN OTOT PUNGGUNG PADA PEKERJA
MEBEL BAGIAN PENGAMPLASAN DI PT. X JEPARA

HANIFAH ISMIARNI – 25010112130251

(2016 - Skripsi)

Sikap kerja yang salah, canggung, dan diluar kebiasaan akan menambah risiko cedera pada bagian sistem muskuloskeletal. Pekerja di bagian pengamplasan PT. X, Jepara bekerja dengan posisi membungkuk, memutar, jongkok dan sebagainya sehingga memberi beban postural yang berat terhadap otot-otot punggung. Oleh karena itu penelitian ini dilakukan untuk melihat hubungan antara postur kerja dengan kelelahan otot punggung pada pekerja bagian pengamplasan di PT. X, Jepara. Penelitian ini merupakan “explanatory research” dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 103 pekerja di bagian pengamplasan PT. X, Jepara. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 50 responden dengan metode proportional purposive sampling dengan menggunakan kriteria inklusi karyawan yang bersedia menjadi responden, perempuan dan tidak memiliki cedera fisik atau mengalami Low Back Pain. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner QEC (Quick Exposure Check) untuk menilai postur dan mengukur kelelahan otot punggung menggunakan back dynamometer dengan melihat kekuatan ototnya. Hasil penelitian diperoleh pekerja cenderung memiliki risiko postur kerja tinggidan sangat tinggi(rata-rata= 71%, median= 70%, modus= 69%) serta kelelahan otot punggung cenderung sangat tinggi (rata-rata=48,8lbs, median= 50lbs, modus=31lbs). Uji hubungan dengan Product Moment Pearson menunjukkan ada hubungan antara postur kerja dengan kelelahan otot punggung (pvalue=0,029). Pekerja perlu menyeimbangkan pekerjaannya dengan stretching dan perusahaan pun perlu mendukung hal tersebut dengan menciptakan sistem kerja yang mendukung.

Kata Kunci: Kelelahan, otot punggung, postur kerja