



PERAN ERGONOMI PARTISIPATIF DALAM MENCEGAH KELUHAN MUSKULOSKELETAL

Desrifana Yunus
Universitas Gadjah Mada

PENDAHULUAN

Keluhan Muskuloskeletal sering terjadi pada pekerja terutama dengan beban pekerjaan yang tinggi dan bekerja dengan postur yang janggal seperti perawat, pekerja di jasa konstruksi hingga manufaktur

Perawat adalah salah satu pekerja yang sangat berisiko untuk mengalami LBP dan NP. Penelitian Nuryaningtyas (2014) diketahui bahwa 22 orang (66,7%) mengalami keluhan muskuloskeletal di Rumah Sakit Bhakti Dharma Husada Surabaya. Di RSUD Purbalingga diketahui 31,25% perawat melakukan sikap dan posisi kerja yang beresiko cedera muskuloskeletal yang mengalami low back pain sebanyak 18,75 % serta diketahui bahwa terdapat hubungan antara usia dan masa kerja dengan low back pain pada perawat RSUD Purbalingga (Fathoni, dkk, 2009).

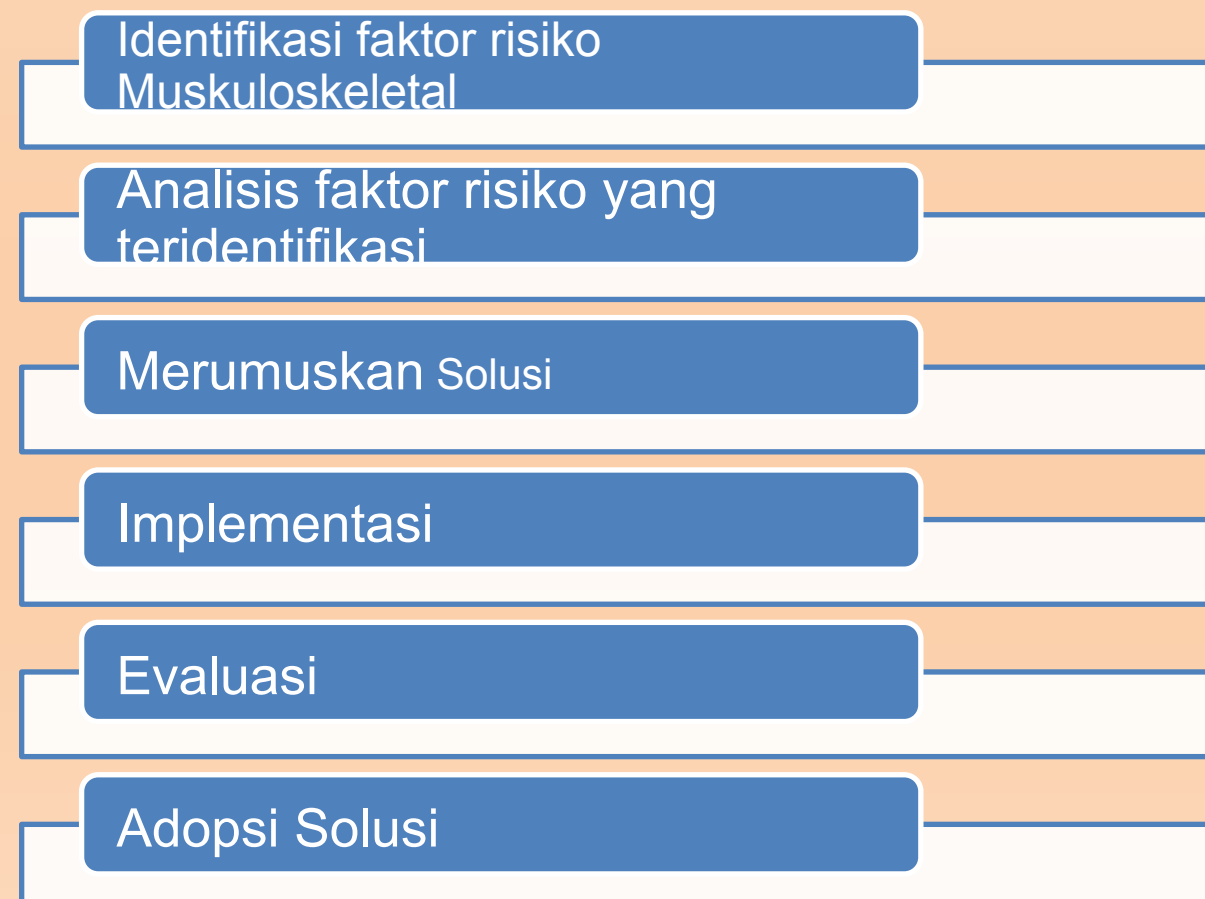
Salah satu intervensi ergonomi yakni *Participatory Ergonomics* sangat banyak digunakan untuk mengukur dan mengurangi keluhan Musculoskeletal dengan melakukan identifikasi berbagai faktor risiko pekerjaan dan merumuskan solusi untuk mengurangi risiko tersebut.

Tujuan

Ergonomi partisipatif yang bertujuan mengurangi keluhan Musculoskeletal melalui identifikasi berbagai faktor risiko pekerjaan dan merumuskan solusi untuk mengurangi risiko dengan melibatkan pekerja secara langsung

Prosedur Pelaksanaan

1. Intervensi PE dapat dijadwalkan pada waktu kerja para peserta
2. Disampaikan oleh seorang ahli K3 atau ergonomi
3. Seorang ahli K3 atau Ergonomi akan membimbing peserta dalam cara mengidentifikasi faktor risiko, pengembangan solusi dan penerapannya.
4. Protokol Pelaksanaan ergonomi partisipatif dapat mengikuti 6 langkah :



5. Workshop I, Pada pelaksanaan workshop pertama Pekerja diminta untuk identifikasi faktor risiko *musculoskeletal Disorder*, dan memprioritaskan 3 atau 4 faktor risiko yang ingin diselesaikan
6. Workshop II, di workshop kedua setelah dilakukan identifikasi berbagai faktor risiko keluhan muskuloskeletal Peserta diminta menemukan solusi untuk 3-4 faktor risiko yang diprioritaskan dan menguraikan rencana tindakan yang dapat dilaksanakan dan efisien

Adapun Risiko Ergonomi yang dapat diidentifikasi dan dirumuskan solusinya yakni

- 01 Ergonomi Fisik
- 02 Ergonomi Organisasi
- 03 Ergonomi Psikososial

Lesson Learn

Efektivitas penyelenggaraan ergonomi partisipatif bervariasi di berbagai tempat kerja. Hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti karakteristik pekerja, metode ergonomi yang digunakan, hingga dukungan dari organisasi atau perusahaan. Ergonomi Partisipatif ini dapat diimplementasikan di berbagai tempat kerja sebagai bagian dari program K3 yang melibatkan pekerja didalamnya khususnya mereka yang sangat berisiko untuk mengalami keluhan muskuloskeletal

Referensi

1. Burguess,dkk. 2017. Participatory ergonomics: Evidemnce and implementation lessons. ELSEVIER
2. Chancai. 2016. The Impact of an Ergonomics Intervention on Psychosocial Factors and Musculoskeletal Symptoms among Thai Hospital Orderlies. *International Journal of Environmental Research and Public Health*.
3. Dale,Ann dkk. 2016. **Evaluation of a Participatory Ergonomics Intervention in Small Commercial Construction Firms**. *Am J Ind Med*. 2016 June ; 59(6): 465–475. doi:10.1002/ajim.22586
4. Driessen dkk. 2010. Process evaluation of a participatory ergonomics programme to prevent low back pain and neck pain among workers. *Implementation Science*
5. Lee,dkk. 2017 The application of participatory ergonomics in a healthcare setting in Hong Kong. IOS Press
6. Nuryaningtyas. 2014. *Analisis Tingkat Risiko Muskuloskeletal Disorders (Msds) Dengan The Rapid Upper Limbs Assessment (Rula) Dan Karakteristik Individu Terhadap Keluhan MSDs* . *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, Vol. 3, No. 2 Jul-Des 2014: 160–169
7. Rasmunssen,dkk. 2017. Processes, barriers and facilitators to implementation of a participatory ergonomics program among eldercare workers. Elsevier
8. Wadji,F dkk. 2015. *Resiko Jenis Pekerjaan Terhadap Keluhan Muskuloskeletal Disorders Pada Perawat Rumah Sakit*. *Jurnal Prosiding Seminar Nasional Sain dan Teknologi* ISSN : 2407 – 1846