



GAMBARAN GANGGUAN MUSKULOSKELETAL PADA PEMBATIK DI POS UKK KAPAL SANGGAT

Indah Permata Sari¹✉, Putra Hadi², Safitri Rahayu³

(1, 2, 3) Program Studi Fisioterapi, Universitas Baiturrahim

✉ Corresponding author:

indahpermata.fisio11@gmail.com

Abstrak

Masalah kesehatan saat bekerja yang paling sering muncul adalah *musculoskeletal disorder*, yakni keluhan pada bagian-bagian otot skeletal. Bekerja dengan posisi duduk yang tidak ergonomis dalam waktu lama yang dapat menimbulkan berbagai masalah karena pekerja rata-rata melakukan pekerjaan dominan duduk. Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran keluhan muskuloskeletal pada pembatik. Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif. Populasi sampel semua pembatik pos ukk kapal sangat Seberang Kota Jambi. Teknik pengambilan sampel dengan metode *purpose sampling* dengan sampel 10 orang pembatik. Instrument penelitian yang digunakan berupa kuesioner, teknik observasi, dan wawancara. Hasil penelitian dari gambaran gangguan muskuloskeletal pada pembatik di pos ukk kapal sangat yaitu keluhan muskuloskeletal dipengaruhi oleh lama bekerja dan posisi bekerja dan keluhan yang terbanyak yaitu tengkuk, bahu, dan pinggang. Disarankan bagi fisioterapi, agar ketiga gangguan muskuloskeletal ini dapat dijadikan acuan untuk penelitian dan pengembangan untuk pencegahan gangguan kasus tersebut untuk lebih lanjut.

Kata Kunci: Muskuloskeletal Disorder, Pembatik, dan Pos Ukk Kapal Sangat

Abstract

Musculoskeletal disorders complaints involving the musculoskeletal system are the most common work related health issues. Prolonged work in non ergonomic seated positions can lead to various problems, particularly given that the workers tasks are predominantly performed while seated. This study aimed to assess the prevalence of musculoskeletal complaints among pembatik. A descriptive research design was employed, with the study population consisting of all pembatik at the Kapal Sangat UKK Post in Seberang Kota, Jambi. A purposive sampling method was used to select a sample of ten pembatik. Data collection involved questionnaires, observation, and interviews. The results indicated that musculoskeletal complaints among the artisans were influenced by the duration of work and working posture the most frequently reported complaints involved the back of the neck, shoulders, and lower back. It is recommended that these findings serve as a basis for further research and the development of preventive measures regarding these musculoskeletal issues in the field of physiotherapy.

Keywords: Musculoskeletal Disorder, Pembatik, and Post Ukk Kapal Sangat

PENDAHULUAN

Membatik merupakan pekerjaan yang terdiri dari beberapa gerakan repetitif. Postur kerja pengrajin batik tulis yang tidak alamiah akan menyebabkan ketidaknyamanan kerja dan keluhan muskuloskeletal. Sikap kerja merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan terjadinya keluhan *musculoskeletal disorders* pada pembatik. Sikap kerja tidak alamiah adalah sikap kerja yang menyebabkan posisi bagian-bagian tubuh bergerak menjauhi posisi alamiah, misalnya pergelangan tangan terangkat, punggung terlalu membungkuk, kepala terangkat, gejala awal masalah *musculoskeletal disorder* pada pekerja batik yaitu mengeluh nyeri, mati rasa, kesemutan, bengkak, kekakuan, gemetar gangguan tidur, rasa terbakar dan merasakan kelelahan (Faridah &

Junaidi, 2022). Masalah kesehatan saat bekerja yang paling sering muncul adalah *musculoskeletal disorder*, yakni keluhan pada bagian-bagian otot skeletal yang dirasakan oleh seseorang mulai dari keluhan sangat ringan sampai sangat berat atau sakit (Lindawati & Mulyono, 2019).

Keluhan musculoskeletal dapat berupa kerusakan pada ligament, sendi, dan tendon yang dapat terjadi apabila otot menerima beban statis dalam waktu yang lama secara berulang-ulang. Gangguan sistem musculoskeletal pada pekerja memiliki faktor resiko yang mempengaruhi penyebab terjadinya gangguan tersebut. Antara lain faktor biomekanika, faktor individu, dan faktor psikososial yang merupakan faktor resiko penyebab terjadinya keluhan musculoskeletal disorders (Santosa & Ariska, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh badan dunia *International Labour Organization*(ILO) pada 2020 menyebutkan bahwa kecelakaan dan penyakit akibat kerja terbanyak adalah penyakit pada musculoskeletal 40%, penyakit pada jantung 16%, kecelakaan 16% dan penyakit pada saluran pernafasan sebanyak 19% (Jatmika et al., 2022). Menurut penelitian Faridah 2022, prevalensi keluhan musculoskeletal disorder yang banyak terjadi pada pembatik Seberang Kota Jambi yaitu nyeri leher sebanyak 2 orang dengan persentase keluhan 6,7%, nyeri pinggang 5 orang dengan persentase keluhan 16%, nyeri kaki 3 orang dengan persentase keluhan 10 %, dan tidak mengalami keluhan 20 orang dengan persentase 67% (Faridah & Junaidi, 2022).

Beban kerja para pembatik tulis sangat berat yaitu delapan jam perhari dengan waktu istirahat satu jam dan enam hari kerja perminggu. Selain itu posisi pembatik yang tidak ergonomis cara kerja mereka yang semua masih menggunakan cara manual akan menimbulkan banyak keluhan atau gangguan otot rangka (Wardani, 2016). Bagian otot yang sering dikeluhkan adalah otot rangka (skeletal) yang meliputi otot leher, bahu lengan, tangan, jari punggung, pinggang dan otot bagian bawah (Nahdliyyah & Prastiwi, 2015).

Timbulnya berbagai permasalahan yang dihadapi oleh pekerja di sektor informal merupakan dampak negatif dari tidak adanya implementasi upaya kesehatan kerja (UKK). Tahapan dalam UKK mulai dari persiapan, pelaksanaan, hingga monitoring dan evaluasi UKK. Dalam upaya pencegahan kecelakaan dan penyakit akibat kerja di sektor informal, diperlukan implementasi program K3 yang salah satunya melalui pos UKK (Rafi'ah & Maliga, 2021).

Keberadaan pembimbing tenaga kesehatan kerja di puskesmas ataupun di tempat kerja merupakan suatu keharusan untuk membantu menciptakan lingkungan kerja informal agar tidak terjadi kecelakaan. Hal yang tidak kalah pentingnya adalah seorang Pembimbing kesehatan kerja perlu dibekali kompetensi, kemampuan manajerial dan komunikasi agar berhasil dalam membangun kerja sama dengan berbagai pihak untuk keberlangsungan dan keberlanjutan program Pos UKK. Pos UKK memiliki tujuan memberdayakan para pekerja yang ada di pos kesehatan kerja diperlukan untuk memberikan pelayanan kesehatan yang meliputi pencegahan dan peningkatan bagi pekerja yang berisiko terpajan oleh pekerjaan dan lingkungan kerja sehingga mereka mampu menolong dirinya sendiri (Sultan, 2022).

Observasi yang dilakukan di sanggar batik Seberang Kota Jambi di temukan bahwa proses membatik di sentra seberang Kota Jambi dilakukan dengan sikap kerja duduk dengan peralatan sederhana sehingga menyebabkan sikap kerja dengan posisi membungkuk dan statis, hal tersebut dapat menunjukkan bahwa aspek ergonomi dari fasilitas membatik belum terlaksana dengan maksimal, yang tentunya akan membuat performa kerja tidak ergonomis yang dapat menimbulkan kelelahan, nyeri dan gangguan kesehatan lainnya (Faridah & Junaidi, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan hasil dengan wawancara langsung dengan pembatik, berikut keluhan-keluhan yang dirasakan pembatik yaitu mengeluhkan adanya keluhan di bahu, tangan, leher, nyeri punggung. Pentingnya penelitian ini bertujuan lebih memfokuskan pada pemberian program exercise terbaru pada gangguan musculoskeletal pada pembatik di pos ukk kapal sanggar Seberang Kota Jambi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif analitik. Penelitian ini dilakukan di pos ukk kapal sangat Seberang Kota Jambi. Populasi penelitian adalah semua pembatik yang ada di pos ukk kapal sangat Seberang Kota Jambi. Sampel penelitian berjumlah 10 orang yaitu pembatik yang mengalami keluhan musculoskeletal di pos ukk kapal sangat Seberang Kota Jambi. Menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan instrument berupa kuesioner, teknik observasi serta wawancara. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis univariat dilakukan untuk mendapatkan gambaran umum masalah penelitian dengan cara mendeskripsikan tiap-tiap variabel yang digunakan dalam penelitian ini, yakni dengan melihat gambaran distribusi frekuensi dan persentase dari tiap variabel independen (keluhan-keluhan musculoskeletal) dan variabel dependen (kuesioner) yang dikehendaki dari tabel distribusi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Gambaran Demografi Pembatik Pos UKK Kapal Sangat

Keluhan	Jumlah keluhan	Usia	Masa Kerja
Nyeri tengkuk	1	46	10
Nyeri tengkuk	1	47	13
Nyeri bahu kanan/kiri	1	51	15
Nyeri bahu kanan/kiri	1	60	12
Nyeri pinggang/ punggung	1	43	12
Nyeri pinggang/ punggung	1	39	13
Nyeri bahu kanan/kiri	1	40	14
Nyeri lengan/ tangan	1	46	10
Nyeri pergelangan kaki/ lutut	1	36	10
Nyeri bahu kanan/kiri	1	45	15

Sumber: data primer

Berdasarkan hasil tabel 1. responden menggambarkan bahwa usia dan lama masa kerja mempengaruhi terjadinya gangguan keluhan musculoskeletal pada pembatik. Dimulai dari rentang 10-15 tahun masa kerja. Terdapat 8 keluhan gangguan musculoskeletal pada pembatik yaitu keluhan ditengkuk berjumlah 2, bahu kanan-kiri berjumlah 4, lengan atas kanan-kiri dan tangan kanan-kiri berjumlah 1, punggung dan pinggang berjumlah 2, pergelangan kaki kanan-kiri dan lutut kanan- kiri berjumlah 1.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Gambaran Gangguan Musculoskeletal pada Pembatik Pos UKK Kapal Sangat

Jenis Keluhan	Jumlah	Persentase
Tengkuk	4	40%
Bahu kanan/ kiri	2	20%
Pinggang/ punggung	2	20%

Sumber: data primer

Berdasarkan hasil tabel 2. responden menggambarkan bahwa dari delapan keluhan musculoskeletal pada pembatik di pos ukk kapal sangat Seberang Kota Jambi terdapat tiga keluhan musculoskeletal yang tertinggi yaitu keluhan tengkuk, bahu kanan- kiri, dan pinggang-punggung.

PEMBAHASAN

Lama Masa Kerja dan Usia mempengaruhi Gangguan Musculoskeletal

Berdasarkan tabel 1. Usia pembatik berkisar dari rentang 36-60 tahun. Menurut hasil penelitian Dwiseptianto 2022, semakin tinggi usia pekerja maka akan semakin berat atau rentan terhadap gangguan muskuloskeletal. Dengan bertambahnya usia, tingkat keluhan juga akan meningkat. Kondisi ini terjadi karena usia bertambah dan ketahanan serta kekuatan otot mulai menurun sehingga risiko terjadinya keluhan otot meningkat (Dwiseptianto et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1. sebagian besar responden masa kerja kerjanya berkisar dari 10-15 tahun. Hasil ini menunjukkan bahwa pembatik berisiko mengalami gangguan muskuloskeletal yang dapat menurunkan derajat kesehatan kerjanya. Pembatik bekerja dengan posisi duduk menggunakan tanpa sandaran punggung sehingga dapat menyebabkan ketidaknyamanan badan saat bekerja dan berdampak pada posisi pembatik yang lama duduk serta menunduk dan sedikit membungkuk, tangan kanan memegang canting untuk melekatkan lilin pada kain, sedangkan tangan kiri memegang bagian bawah kain, posisi kaki terlalu menekuk. Posisi kerja seperti tersebut dalam waktu 8 jam sehari dengan jeda waktu istirahat 1 jam. Posisi kerja pembatik tersebut tidak ergonomis. Lama jam kerja sangat mempengaruhi terhadap postur ergonomi yang menyebabkan gangguan musculoskeletal (Sumardiyono et al., 2023).

Apabila lama masa kerja atau jam kerja seseorang maka akan menurunkan produktivitas kerja, timbulnya kelelahan serta dapat mengakibatkan penyakit dan kecelakaan akibat kerja. Keluhan otot skeletal pada umumnya terjadi karena kontraksi otot yang berlebihan akibat pemberian kerja yang terlalu berat atau gerakan statis dengan durasi pembebanan yang panjang tersebut (Yani et al., 2020).

Sejalan dengan penelitan Tjahayungtyas 2019, Berdasarkan hasil observasi seluruh responden melakukan pekerjaan yang berulang yang berlangsung setiap hari dan sebagian responden menggunakan tenaga yang cukup tinggi dalam menyelesaikan pekerjaannya. Jika aktivitas tersebut berlangsung selama bertahun-tahun ini akan menimbulkan resiko terhadap keluhan muskuloskeletal yang akan dirasakan pekerja. Hasilnya ada hubungan antara masa kerja dengan keluhan *musculoskeletal disorder* pada pekerja informal. Maka semakin lama masa kerja maka keluhan muskuloskeletal juga akan meningkat. 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 lama (Tjahayuningtyas, 2019).

Sejalan dengan hasil pengabdian kepada Masyarakat Sari 2024, ditemukan bahwa proses membatik di sentra Seberang Kota Jambi dilakukan dengan sikap kerja duduk dengan peralatan sederhana sehingga menyebabkan sikap kerja dengan posisi membungkuk dan statis, hal tersebut menunjukkan bahwa dari segi ergonomi duduk yang benar dan dari fasilitas membatik belum terlaksana dengan baik, yang membuat posisi saat bekerja dapat menimbulkan kelelahan, nyeri dan gangguan kesehatan termasuk gangguan musculoskeletal (Sari & Warahmah, 2024).

Gangguan Musculoskeletal Yang Terbanyak Pada Pembatik Pos UKK Kapal Sangat

Berdasarkan hasil penelitian tabel 2. keluhan gangguan musculoskeletal yang banyak terjadi keluhan tengkuk, bahu kanan- kiri, dan pinggang-punggung. Dan keluhan yang terbanyak yaitu keluhan tengkuk. Semua keluhan ini disebabkan karena ergonomi duduk yang tidak benar saat membatik. Posisi ergonomi yang benar yaitu ketika duduk, lutut ditekukkan pada sudut yang benar. Lutut tetap dijaga setinggi atau lebih rendah dari pinggul. Tungkai sebaiknya tidak menyilang. Kaki tetap dijaga rata dengan lantai. Hindari duduk dengan posisi yang sama lebih dari 30 menit. Siku dan lengan diistirahatkan pada kursi atau meja serta bahu dijaga agar tetap rileks. Bila dalam posisi duduk luruskan kedua tungkai hindari membungkukkan badan ke depan dengan pinggang (Hadi & Hasmar, 2021).

Sejalan dengan penelitian Sari 2023, sebanyak dari 20 responden di Seberang Kota Jambi terdapat 5 orang mengalami nyeri leher atau nyeri tengkuk. Lama bekerja mempengaruhi nyeri pada leher karena lama bekerja yang sangat tinggi ditambah dengan pola pekerja batik yang harus menunduk secara terus menerus dapat menyebabkan otot-otot pada leher berkontraksi terus menerus yang dapat mengakibatkan kelelahan pada otot leher yang

apabila ini terjadi dalam kondisi berulang-ulang dapat menyebabkan spasme dan nyeri leher. Pekerja batik yang bekerja 41-48 jam per minggu atau rata-rata 7-8 jam per hari menyebabkan waktu istirahatnya berkurang dan kerja otot lebih berat sehingga resiko nyeri leher meningkat (Sari, 2023).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian ini adalah pada tabel 1. diketahui gambaran karakteristik pembatik yaitu usia dan lama kerja mempengaruhi terjadinya gangguan musculoskeletal dan pada tabel 2. hasil penelitian diketahui gangguan musculoskeletal yang banyak terjadi yaitu keluhan tengkuk, bahu, dan pinggang pada pembatik Pos UKK Kapal Sangat Seberang Kota Jambi. Disarankan bagi fisioterapi, agar ketiga gangguan musculoskeletal ini dapat dijadikan acuan untuk penelitian dan pengembangan untuk pencegahan gangguan kasus tersebut untuk lebih lanjut.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ucapkan banyak terima kasih kepada ketua pos ukk kapal sangat Seberang Kota Jambi dan semua pembatik pos ukk kapal sangat Seberang Kota Jambi, kepada Universitas Baiturrahim, Ka. PPPM, Ketua prodi dan beserta tim penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Dwiseptianto, R. W., Wahyuningsih, A. S., & Info, A. (2022). *Keluhan Muskuloskeleta Pada Sektor Informal*. 2(1), 102-111.
- Faridah, F., & Junaidi, A. S. (2022). Faktor Yang Mempengaruhi Keluhan Musculoskeletal Disorders (Msds) Pada Pembatik Seberang Kota Jambi. *Quality : Jurnal Kesehatan*, 16(2), 109-116. <https://doi.org/10.36082/Qjk.V16i2.831>
- Hadi, P., & Hasmar, W. (2021). *Ergonomi Duduk Yang Benar Untuk Mencengah Terjadinya Low Back Pain (Lbp) Di Kelurahan Mayang Mangurai Kota Jambi*. 3(1), 287-294. <https://doi.org/10.36565/Jak.V3i3.258>
- Jatmika, L., Fachrin, S. A., Sididi, M., Kesehatan, P., Masyarakat, F. K., Indonesia, U. M., & K, E. P. K. (2022). *Buruh Di Pelabuhan Yos Sudarso Tual Peminatan Epidemiologi , Fakultas Kesehatan Masyarakat , Universitas Muslim Indonesia*. 3(3), 563-573.
- Lindawati, L., & Mulyono, M. (2019). Evaluasi Postur Kerja Pengrajin Batik Tulis Aleyya Batik Di Yogyakarta. *Journal Of Public Health Research And Community Health Development*, 1(2), 131. <https://doi.org/10.20473/Jphrecode.V1i2.16245>
- Nahdliyyah, A. I., & Prastiwi, D. (2015). Keterbatasan Gerak Thoracal Pada Pekerja Batik Dengan Keluhan Joint Blockade Thoracal. *Pena Jurnal Ilmu Pengetahuan Dan Teknologi*, 28(2), 230-236.
- Rafi'ah, & Maliga, I. (2021). Upaya Penerapan Kesehatan Dan Keselamatan Kerja (K3) Pada Sektor Informal Di Kabupaten Sumbawa. *Abdimas Singkerru*, 1(2), 141.
- Santosa, A., & Ariska, D. K. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Musculoskeletal Disorders Pada Pekerja Batik Di Kecamatan Sokaraja Banyumas. *Jurnal Ilmiah Ilmu-Ilmu Kesehatan*, 16(1), 42-46.
- Sari, I. P. (2023). *Pengaruh Mc . Kenzie Cervical Exercise Terhadap Nyeri Leher*. 17, 19-24. <https://doi.org/10.36082/Qjk.V17i1.862>
- Sari, I. P., & Warahmah, M. (2024). Edukasi Gangguan Muskuloskeletal Pada Pembatik Di Pos Ukk Kapal Sangat Seberang Kota Jambi. *Jurnal Medika: Medika*, 3(2), 278-282. <https://doi.org/10.31004/35snrm72>
- Sultan, M. (2022). *Alasan Pentingnya Kehadiran Tenaga Pembimbing The Attendance Of The Health Advisors In The Community Health Centers*. 8(2), 97-111.
- Sumardiyono, Chahyadhi, B., Suratna, F. S. N., Fauzi, R. P., Wijayanti, R., Widjanarti, M. P., & Ada, Y. R. (2023). Strategi Mengurangi Gangguan Muskuloskeletal Pembatik Tulis Melalui Kursi Ergonomis. *Jurnal Abdimas Ilmiah Citra Bakti*, 4(3), 522-541.

<https://doi.org/10.38048/Jailcb.V4i3.2018>

Tjahayuningtyas, A. (2019). *Faktor Yang Mempengaruhi Keluhan Musculoskeletal Disorders (Msds) Pada Pekerja Informal Factors Affecting Musculoskeletal Disorders (Msds). March, 1–10.*

<https://doi.org/10.20473/Ijosh.V8i1.2019.1>

Wardani, M. R. (2016). *Pengaruh Latihan Core Stability Terhadap Penurunan Nyeri Leher Pada Pembatik.*

Yani, F., Anniza, M., & Priyanka, K. (2020). *Pembatik I Di Sentra I Batik Giriloyo. 06(01), 31–36.*