

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Postur kerja merupakan cara seseorang memposisikan diri secara fisik saat melakukan aktivitas kerja, sesuai dengan tugas dan tata letak area kerja. Jika posisi tubuh yang tidak normal apabila tindakan terjadi terus-menerus dalam durasi yang panjang sehingga dapat mengakibatkan cedera seperti cedera punggung, lengan, pergelangan tangan, leher dan bagian tubuh lainnya (Saskia dkk., 2024). Postur yang kurang ergonomis ini menyebabkan ketegangan otot bagian leher yang berkepanjangan dan berpotensi menurunkan kinerja pekerja seiring waktu karena seringkali mereka memerlukan waktu istirahat tambahan untuk mengurangi rasa sakit, pekerja dihadapkan pada masalah yang serius karena sakit pada bagian leher. Apabila masalah postur tubuh yang tidak ergonomis ini tidak segera diatasi, perusahaan berisiko menghadapi peningkatan jumlah pekerja yang mengalami cedera serius yang pada gilirannya dapat mempengaruhi efektivitas operasional perusahaan secara keseluruhan. CV. Sinar Jaya merupakan *home industry* yang proses produksinya masih konvensional. CV. Sinar Jaya bergerak dalam bidang manufaktur garmen yang berfokus pada jasa jahit. Dengan mengandalkan tenaga kerja yang terampil dan mesin jahit modern. CV. Sinar Jaya berusaha memenuhi kebutuhan lokal pada produksi dan mengerjakan berbagai macam pesanan pakain dari seragam sekolah, seragam kantor, tirai , dan *custom* sesuai permintaan pelanggan.

CV. Sinar Jaya memiliki unit produksi yang bertugas untuk memproduksi produk bagi pelanggan. Proses manufaktur di perusahaan ini masih didasarkan pada cara kerja konvensional dengan jumlah tenaga kerja sebanyak 10 orang. Aktivitas menjahit yang dilakukan karyawan berlangsung selama 5 hingga 8 jam setiap harinya serta melakukan istirahat 10 hingga 15 menit. Terungkap bahwa pekerja di bagian produksi berpotensi mengalami

trauma yang cukup berat terutama terkait posisi tubuh yang tidak sesuai dengan kaidah ergonomi. Pekerja produksi berisiko mengalami nyeri leher akibat postur kerja yang tidak ergonomis, seperti memiringkan kepala ke depan (15-30 derajat) saat menjahit. Postur ini dapat menyebabkan kepala miring ke depan sehingga meningkatkan beban pada tulang leher mengalami kekakuan sendi akibat postur terlalu lama. Kondisi ini dapat menyebabkan trauma berat pada leher dan tulang belakang bagian atas. Sebagai industri yang mengharuskan duduk dalam waktu lama saat mengerjakan tugas, hal ini berdampak cukup besar terhadap kesehatan postur tubuh saat bekerja.

Penelitian awal terhadap 10 pekerja jahit menunjukkan bahwa keluhan *muskuloskeletal* tersebar di berbagai area tubuh dengan nyeri leher menempati posisi tertinggi. Sebanyak 6 pekerja mengalami keluhan nyeri leher. Sebanyak 3 pekerja mengalami nyeri punggung dan 1 pekerja mengalami nyeri bahu. Kondisi ini ternyata cukup mengganggu karena terjadi secara rutin. Sebanyak 3 orang merasakan nyeri leher setiap hari, 1 orang mengalaminya 1 sampai 2 kali dalam seminggu. Hal ini menunjukkan bahwa nyeri leher bukan hanya masalah sesekali, tetapi menjadi keluhan yang terus-menerus mengganggu pekerja. Dampak dari nyeri leher terhadap kehidupan sehari-hari pekerja sangat signifikan dan mengganggu berbagai aspek kehidupan mereka. Hal ini tentu sangat mengganggu aktivitas sehari-hari karena gerakan leher adalah hal yang sering kita lakukan tanpa disadari. Kondisi ini menunjukkan bahwa nyeri leher telah menjadi masalah kesehatan yang serius di lingkungan kerja, yang tidak hanya mempengaruhi kesehatan fisik pekerja tetapi juga produktivitas dan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

Dalam upaya mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh karyawan di CV. Sinar Jaya, penelitian ini menawarkan solusi dengan menerapkan metode *Rapid Upper Limb Assessment (RULA)* dan *Neck Pain And Disability*

(NPAD). Menurut Setiawan dkk. (2021, hal 81) RULA merupakan salah satu cara pada kegiatan ergonomi yang diterapkan untuk mengevaluasi posisi tubuh bagian atas saat bekerja. Penilaian menggunakan metode ini dilakukan apabila terdapat tanda-tanda ketidaknyamanan pada bagian atas tubuh karyawan yang disebabkan oleh postur tubuh yang keliru dengan prinsip ergonomi (Tiogana & Hartono, 2020). Kegiatan menjahit melibatkan penggunaan mesin jahit sambil duduk dalam periode lama. Kondisi ini dapat mengakibatkan posisi duduk tidak tepat atau kurang ergonomis saat melakukan tugas. Untuk mengatasi masalah ini, diperlukan pendekatan yang komprehensif dalam menilai kondisi pekerja. Metode *Rapid Upper Limb Assessment* (RULA) telah terbukti efektif untuk mengidentifikasi risiko ergonomis pada pekerja penjahit dengan cara menilai postur kerja, kekuatan yang digunakan, dan aktivitas otot yang repetitif. Sementara itu, *Neck Pain and Disability* (NPAD) memberikan gambaran yang lebih mendalam tentang dampak nyeri leher terhadap kehidupan sehari-hari pekerja, tidak hanya dari segi intensitas nyeri tetapi juga bagaimana nyeri tersebut mempengaruhi aktivitas kerja. Dengan kombinasi kedua metode ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan gambaran yang menyeluruh tentang kondisi kesehatan muskuloskeletal pekerja penjahit, mulai dari identifikasi faktor risiko hingga evaluasi dampak yang ditimbulkan. Penelitian ini sangat penting untuk mengembangkan strategi pencegahan dan intervensi yang tepat guna meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan pekerja konveksi.. Karena permasalahan diatas, peneliti berminat untuk melakukan studi dengan judul “Analisis postur kerja untuk mengurangi *mechanical neck pain* pada penjahit konveksi dengan menggunakan metode *Rapid Upper Limb Assessment* (RULA) dan *Neck Pain And Disability* (NPAD) di CV. Sinar Jaya Kediri”

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah disajikan, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana menganalisis postur kerja untuk mengurangi *mechanical neck pain* pada penjahit konveksi dengan menggunakan metode *Rapid Upper Limb Assessment* (RULA) dan *Neck Pain And Disability* (NPAD) di CV. Sinar Jaya Kediri?

## 1.3 Tujuan Penelitian

1. Mengidentifikasi keluhan postur kerja *Mechanical Neck Pain* pada penjahit konveksi di CV. Sinar Jaya Kediri.
2. Menghitung tingkat risiko cedera yang dialami penjahit konveksi di CV. Sinar Jaya Kediri.
3. Memberikan usulan perbaikan postur kerja untuk mengurangi risiko *Mechanical Neck Pain* pada penjahit konveksi di CV. Sinar Jaya Kediri.

## 1.4 Manfaat Penelitian

Berikut ini merupakan tujuan penelitian.

1. Manfaat Bagi Perusahaan  
Hasil penelitian dapat memberikan keterangan sebagai pedoman, saran, wawasan untuk meningkatkan produktivitas dan keselamatan pekerja di CV. Sinar Jaya Kediri.
2. Manfaat Bagi Peneliti  
Penelitian dapat menjadi rujukan referensi untuk mengumpulkan data dan memberikan kontribusi pada penelitian lebih lanjut yang bertujuan mengatasi postur kerja penjahit terhadap keluhan *mechanical neck pain*.

## 1.5 Batasan Masalah

Berikut ini batasan masalah penelitian.

1. Penelitian dilakukan di departemen produksi CV. Sinar Jaya Kediri.
2. Penelitian hanya dilakukan pada pekerja/operator produksi.
3. Penelitian dilakukan mengidentifikasi postur kerja penjahit terhadap keluhan *Mechanical Neck Pain*.