

Upaya Perbaikan Sikap Kerja Untuk Menurunkan Prevalensi Nyeri Punggung Bawah di Kabupaten Bogor

Lukman Ruskanda, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=79372&lokasi=lokal>

Abstrak

Latar belakang. Pekerja sektor informal merupakan pekerja yang berada pada kelompok Underserved Working Population, yang belum mendapatkan pelayanan kesehatan kerja sebagaimana mestinya. Tidak adanya pelatihan, prosedur kerja dan desain tempat kerja yang kurang baik merupakan faktor penyebab utama pekerja bersikap fleksi > 200 saat bekerja sehingga mengalami NPB. Sedangkan hasil penelitian dr. Siswanti Milan tahun 2003 (tesis) pada pekerja perajin pelat logam di Kecamatan Citeureup mendapatkan prevalensi NPB sebesar 77%.

Cara penelitian. Desain penelitian ini adalah studi intervensi, untuk mengetahui seberapa jauh perubahan prevalensi NPB sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok intervensi dan kontrol, yang rasing-rasing berjumlah 34 orang. Pengumpulan data diperoleh berdasarkan wawancara, pemeriksaan fisik dan pengamatan sikap tubuh saat bekerja. Pengambilan data ini dilakukan sebelum dan sesudah intervensi, yang dilaksanakan pada bulan Maret sampai Mei 2004.

Hasil. Setelah intervensi ada penurunan prevalensi NPB pada perajin pelat logam sebesar 67,65 %. Faktor-faktor pekerjaan yang ternyata memberikan hubungan yang bermakna dan sangat signifikan dengan penurunan prevalensi NPB adalah perbaikan desain tempat kerja melalui pembuatan meja setinggi sikut pekerja, sehingga dapat terhindar dari sikap tubuh fleksi > 20° saat bekerja. Selain itu kepada pekerja diajarkan bagaimana melakukan cara kerja yang benar, mengangkat dan memindahkan beban secara manual yang benar, mengetahui bahaya merokok dan manfaat olah raga.

Saran. Perlu adanya upaya peningkatan desain lanjutan agar setiap bagian memiliki desain tempat kerja yang baik sehingga semua pekerja bekerja tidak bersikap fleksi > 20°.

<hr>

<i>Improving Work Posture to Decrease The Prevalence of Low Back Pain Among Metal Craftsmen in Bogor District, 2004</i>
BACKGROUND. Workers in informal sectors belong to the under served working population, who have no access to occupational health services. No job training, bad work procedures and work place design are the main causal factors for working with bending forward more than 200, which contribute to Low Back Pain among the workers. A study conducted among metal sheet craftsmen in Citeureup sub district (Adnan, 2003) found a prevalence of 77% of Low Back Pain.

RESEARCH METHODE. This research design is intervention study, using control group, to find out if the intervention can decrease the prevalence of Low Back Pain. A sample of 34 subjects with Low Back Pain for each group were recruited, data was collected by interviews, physical examination, observation and measuring of bending angle of workers during work, before and after the intervention. The main

intervention was a redesign of the working table and development of a SOP to improve the workers manual handling of materials. The study was conducted from March to May 2004.

RESULT. Low Back Pain has decreased among the metal sheet craftsmen as much as 67,65% after intervention. The most important and significant factor related to Low Back pain prevalence found were: The change of workplace design succeeded in helping the workes to avoid excessive bending.

SUGGESTION. Further design improvement at the workplace should be developed to maintain good work posture in each department.</i>