



Hubungan Sikap Kerja dengan Kejadian *Muskuloskeletal Disorder* pada Pekerja Sagu Dusun Ursana Kecamatan Inamosol Kabupaten Seram Bagian Barat

The Relationship of Work Attitude with The Incidence of Musculoskeletal Disorders in Sago Industry Workers in Ursana Hamlet, Kairatu Village.

Edi Sugiarto^{1*}, Herlien Sinay², Fitria Umagapi³, Zulfikar Lating⁴

STIKes Maluku Husada

Email : sugiartoedy808@gmail.com

Article Info

Article history :

Received : 11-07-2026

Revised : 13-07-2026

Accepted : 15-07-2026

Published: 17-07-2026

Abstract

Musculoskeletal disorders generally occur due to excessive muscle contractions due to poor work posture and excessively heavy workloads for long periods. Excessive muscle contractions reduce blood circulation to the muscles, leading to decreased oxygen supply, inhibiting carbohydrate metabolism, and resulting in the accumulation of lactic acid, which causes muscle pain. Work posture is one of the causes of musculoskeletal disorders. Poor work postures and equipment can potentially cause health problems. Poor or non-ergonomic work postures can cause pain, fatigue, and even workplace accidents. The research method used was an analytical method with a cross-sectional approach. The population was 36 and the sample size was 36 respondents. The data collection technique used a questionnaire for the attitude variable, while for the Musculoskeletal Disorder variable, the Nordic Body Map questionnaire was used. The results showed that there were 24 people in the low work attitude category and 21 people with low musculoskeletal (87.5), 3 medium (12.5) and very high (0.0%) with 8 people with moderate work attitude and 4 people with low musculoskeletal (50.0), 4 people with moderate (50.0) and very high 0. 2 people with high work attitude and 2 people with low musculoskeletal. Low musculoskeletal was 1 person (50.0), moderate was 0 and very high was 1 person (50%). The work attitude is very high for 2 people and for those who experience low musculoskeletal as many as 1 person (50.0), moderate as many as 1 person (50.0%) and very high 0. Based on the results of the Chi-Square test, a p value of 0.001 was obtained, which means there is a significant relationship between work attitude and the incidence of musculoskeletal disorders in sago industry workers in Ursana Hamlet, Kairatu Village.

Keywords: *Work posture, Musculoskeletal Disorder, sago workers*

Abstrak

Keluhan *Musculoskeletal* atau otot skeletal pada umumnya terjadi karena kontraksi otot yang berlebihan akibat sikap kerja yang buruk, dan pemberian beban kerja yang terlalu berat dengan durasi pembebanan yang panjang. Kontraksi otot yang berlebihan mengakibatkan peredaran darah ke otot berkurang sehingga suplai oksigen ke otot menurun, proses metabolisme karbohidrat terhambat dan akibatnya terjadi penimbunan asam laktat yang menyebabkan timbulnya rasa nyeri otot. Sikap kerja merupakan salah satu penyebab kejadian *musculoskeletal*. sikap kerja terhadap peralatan kerja berpotensi menimbulkan gangguan kesehatan. Kemudian sikap kerja yang buruk atau tidak ergonomi dapat menimbulkan rasa nyeri, kelelahan, bahkan dapat menyebabkan kecelakaan kerja. Metode penelitian yang digunakan adalah metode *analitik* dengan pendekatan *crosssectional*. Populasi sebanyak 36 dan jumlah sampel 36 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner pada variabel sikap, sedangkan untuk variabel *Musculoskeletal Disorder* menggunakan kuesioner *Nordic body map*. Hasil penelitian menunjukkan kategori sikap kerja rendah sebanyak 24 orang dan untuk yang mengalami musculoskeletal rendah sebanyak 21 orang (87.5), yang



sedang sebanyak 3 orang (12,5) dan sangat tinggi (0,0%) Sikap kerja sedang sebanyak 8 orang dan untuk yang mengalami musculoskeletal rendah sebanyak 4 orang (50,0), yang sedang sebanyak 4 orang (50,0) dan sangat tinggi 0. Sikap kerja tinggi sebanyak 2 orang dan untuk yang mengalami musculoskeletal rendah sebanyak 1 orang (50,0), yang sedang sebanyak 0 dan sangat tinggi 1 orang (50%). Sikap kerja sangat tinggi sebanyak 2 orang dan untuk yang mengalami musculoskeletal rendah sebanyak 1 orang (50,0), yang sedang sebanyak 1 orang (50,0%) dan sangat tinggi 0. Berdasarkan hasil uji *Chi-Square test* diperoleh nilai $p = 0,001$ yang artinya ada hubungan yang Signifikansi antara sikap kerja dengan Kejadian *musculoskeletal disorder* pada pekerja industri sagu di Dusun Ursana Desa Kairatu.

Kata Kunci : *Sikap kerja, Musculoskeletal Disorder, Pekerja sagu.*

PENDAHULUAN

Elemen manusia merupakan komponen kerja yang paling signifikan dan terutama dalam suatu system kerja. Kondisi manusia dikatakan tidak aman bila kesehatan dan keselamatan pekerja mulai terganggu. Dengan keluhan pada musculoskeletal merupakan salah satu indikasi adanya gangguan kesehatan dan keselamatan kerja. Salah satu faktor penyebab utama musculoskeletal disorders ini adalah postur kerja yang tidak baik atau tidak ergonomis selama melakukan aktifitas ditempat kerja (Ervin Putri, 2020).

Keselamatan dan kesehatan kerja merupakan salah satu aspek perlindungan tenaga kerja sekaligus meningkatkan produktivitas kerja di berbagai *sector*. Menurut *International Labour Organization*, telah terjadi lebih dari 250 juta kecelakaan kerja, lebih dari 160 juta pekerja jatuh sakit karena bahaya di tempat kerja, dan 1,2 juta pekerja meninggal karena kecelakaan dan penyakit di tempat kerja (Andini, R, 2020).

International Labour Organization (ILO) menyebutkan bahwa setiap tahun terjadi 2,3 juta kematian yang disebabkan oleh kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja. Data tersebut juga menyebutkan bahwa 2 juta kematian terjadi disebabkan oleh penyakit akibat kerja. Departemen Kesehatan RI mencatat bahwa di Indonesia terdapat 428.844 kasus penyakit akibat kerja. Selain penyakit akibat kerja, masalah kesehatan lain pada pekerja yang perlu mendapat perhatian antara lain ketulian, gangguan muskuloskeletal, gangguan reproduksi, penyakit jiwa, sistem syaraf dan sebagainya. Menurut laporan di sejumlah negara seperti China, Jepang, Argentina, Inggris dan Amerika, proses kerja yang tidak ergonomis merupakan salah satu faktor penyebab dari sebagian besar kasus penyakit akibat kerja. Salah satu penyakit akibat kerja yang disebabkan oleh proses kerja yang tidak ergonomis adalah keluhan musculoskeletal (Ratna Maulina, 2023).

Salah satu penyebab adanya keluhan musculoskeletal yaitu kesalahan pada sikap kerja karyawan yang berlarut-larut. Sebagian besar aktivitas yang dilakukan oleh karyawan, yang seluruh waktu kerja dilakukan dalam posisi kerja duduk. Hakikatnya seorang manusia secara biomekanika perlu bergerak dalam beraktivitas, bukan hanya berdiri atau duduk hanya pada satu posisi. Ketika seseorang hanya diam pada satu posisi, dapat terjadi malfungsi pada sistem anatomi tubuh (Sari,N. W, 2021).

Keluhan *Musculoskeletal* atau otot skeletal pada umumnya terjadi karena kontraksi otot yang berlebihan akibat sikap kerja yang buruk, dan pemberian beban kerja yang terlalu berat dengan durasi pembebanan yang panjang. Kontraksi otot yang berlebihan mengakibatkan peredaran darah ke otot berkurang sehingga suplai oksigen ke otot menurun, proses metabolisme karbohidrat



terhambat dan akibatnya terjadi penimbunan asam laktat yang menyebabkan timbulnya rasa nyeri otot (Suwanto, 2020).

Sikap kerja merupakan salah satu penyebab kejadian *musculoskeletal*. Menurut Permatasari dan Widajati, sikap kerja terhadap peralatan kerja berpotensi menimbulkan gangguan kesehatan. Kemudian sikap kerja yang buruk atau tidak ergonomi dapat menimbulkan rasa nyeri, kelelahan, bahkan dapat menyebabkan kecelakaan kerja. Selain itu sikap kerja yang tidak ergonomi juga dapat menyebabkan bagian tubuh bergerak menjauhi tubuh (Ika Triwati, 2021).

Faktor-faktor terjadinya keluhan *musculoskeletal* menurut hasil penelitian Meilani yaitu pekerja sering bekerja dengan posisi duduk membungkuk dan menunduk. Posisi duduk atau sikap kerja duduk tersebut dapat menyebabkan cedera pada tulang belakang, otot, ligamen, tendon dan syaraf. (Larono, 2020).

Hubungan antara sikap kerja dengan kejadian keluhan *Musculoskeletal* menyebabkan peredaran darah ke otot terhambat. Kemudian secara otomatis memengaruhi suplai oksigen yang dibawa darah ke otot. Akibatnya yaitu kekurangan suplai oksigen, sehingga dapat menghambat metabolisme karbohidrat dan terjadi penimbunan asam laktat di otot. Penimbunan asam laktat dapat menyebabkan rasa nyeri/ keluhan pada otot (Fara Lizenda, 2021).

Terdapat sebuah hasil penelitian yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara sikap kerja dengan keluhan muskuloskeletal. Dari 31 orang responden yang diujikan, terdapat 26 orang diantaranya mengalami keluhan muskuloskeletal pada bagian anggota gerak atas. Distribusi keluhan muskuloskeletal pada pekerja yang didata dengan *Nordic Body Map* yang menjelaskan bahwa keluhan muskuloskeletal terjadi dibagian leher atas 67,5%, leher bawah 60,0%, punggung 65%, dan pinggang 52,5%. Responden yang mengalami keluhan muskuloskeletal tinggi disebabkan oleh durasi kerja yang relatif lama serta postur tubuhnya saat bekerja yang tidak ergonomis. (Alfiatul Iza, 2021).

Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu pekerja industri sagu di Desa Kairatu Dusun Ursana mereka sering mengeluhkan tentang sakit pinggang dan punggung karena sering berdiri terlalu lama dan akibat memikul beban berat yaitu potongan-potongan pohon sagu yang siap diolah menjadi sagu, dan juga sering terjadi kecelakaan kerja seperti tergelincir dengan beban berat di punggung pada saat memikul hal itulah yang mengakibatkan pekerja sering merasa sakit pada pinggang dan pinggul. Melalui fenomena diatas maka perlu untuk mengkaji lebih dalam tentang hubungan sikap kerja dengan kejadian *Musculoskeletal Disorder* pada pekerja sagu di Dusun Ursana Desa Kairatu.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode *analitik* dengan pendekatan *crossectional*. Populasi sebanyak 36 dan jumlah sampel 36 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner pada variabel sikap, sedangkan untuk variabel *Musculoskeletal Disorder* menggunakan kuesioner *Nordic body map*.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden

Tabel 1.1 Distribusi frekuensi Responden berdasarkan karakteristik umur dan pendidikan terakhir di Dusun Ursana Desa Kairatu.

No	Umur	N	Persentase (%)
1	<35 Tahun	9	25,0
	>35 Tahun	27	75,0
	Total	36	100%
2	Pendidikan		
	SD	14	38,9
	SMP	17	47,2
	SMA	5	13,9
	Total	36	100%

Sumber : hasil penelitian

Dari tabel 1 dapat dijelaskan bahwa responden yang berumur >35 tahun berjumlah 27 orang (75,0%) dan untuk responden yang berumur < 35 tahun sebanyak 9 orang dengan (25,0%), kemudian responden yang mempunyai pendidikan terbanyak adalah SMP sebanyak 17 orang (47,2%) dan responden yang paling sedikit adalah SMA sebanyak 5 orang (13,9%).

2. Sikap Kerja

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Sikap Kerja di Dusun Ursana Desa Kairatu

NO	Sikap Kerja	N	Persentase(%)
1	Rendah	24	66,7
2	Sedang	8	22,2
3	Tinggi	2	5,6
4	Sangat Tinggi	2	5,6
	Total	36	100%

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa dari 36 responden, yang memiliki sikap kerja rendah sebanyak 24 responden (66,7%) dan untuk sikap kerja tinggi dan sangat tinggi sebanyak 2 orang dengan persentase (5,6%).

3. Kejadian Musculoskeletal

Tabel 1.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian *Musculoskeletal Disorder* di Dusun Ursana Desa Kairatu

NO	<i>Musculoskeletal Disorder</i>	N	Persentase(%)
1	Rendah	27	75,0
2	Sedang	8	22,2
3	Tinggi	0	0
4	Sangat Tinggi	1	2,8
	Total	36	100%

Sumber : hasil penelitian



Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa dari 36 responden yang memiliki *Muskuloskeletal Disorder* rendah sebanyak 27 responden (75,0%) dan untuk *muskuloskeletal* sangat tinggi sebanyak 1 orang (2,8%).

Hasil Analisis Bivariat

1. Hubungan sikap kerja dengan kejadian *Muskuloskeletal Disorder* Pada Pekerja Sagu di Dusun Ursana Desa Kairatu

Tabel 1.4 Hubungan sikap kerja dengan kejadian Muskuloskeletal Disorder Pada Pekerja Sagu di Dusun Ursana Desa Kairatu

Sikap kerja	Kejadian <i>Muskuloskeletal Disorder</i>						Total		
	Rendah		Sedang		Sangat tinggi				
	n	%	n	%	n	%	N	%	<i>P</i>
Rendah	21	87,5	3	12,5	0	0	24	100	0,001
Sedang	4	50,0	4	50,0	0	0	8	100	
Tinggi	1	50,0	0	0,0	1	50,0	2	100	
Sangat tinggi	1	50,0	1	50,0	0	0	2	100	
Total	27	75,0	8	22,2	1	2,8	36	100	

Sumber : hasil penelitian

Berdasarkan hasil tabel 4 dapat diketahui bahwa dari 36 responden yang diteliti dengan kategori sikap kerja rendah sebanyak 24 orang dan untuk yang mengalami musculoskeletal rendah sebanyak 21 orang (87,5), yang sedang sebanyak 3 orang (12,5) dan sangat tinggi (0,0%) Sikap kerja sedang sebanyak 8 orang dan untuk yang mengalami musculoskeletal rendah sebanyak 4 orang (50,0), yang sedang sebanyak 4 orang (50,0) dan sangat tinggi 0. Sikap kerja tinggi sebanyak 2 orang dan untuk yang mengalami musculoskeletal rendah sebanyak 1 orang (50,0), yang sedang sebanyak 0 dan sangat tinggi 1 orang (50%). Sikap kerja sangat tinggi sebanyak 2 orang dan untuk yang mengalami musculoskeletal rendah sebanyak 1 orang (50,0), yang sedang sebanyak 1 orang (50,0%) dan sangat tinggi 0. Berdasarkan hasil uji *Chi-Square test* berdasarkan nilai *continuity correction* diperoleh nilai $p = 0,001$ hasil tersebut menunjukkan bahwa $0.001 < 0.05$ yang artinya ada hubungan yang Signifikansi antara sikap kerja dengan Kejadian *musculoskeletal disorder* pada pekerja industri sagu Dusun Ursana Desa Kairatu Kecamatan Inamosol Kabupaten Seram Bagian Barat.

Pembahasan

Postur tubuh yang terus-menerus membungkuk dapat memperbesar risiko terjadinya keluhan musculoskeletal disorders. Menurut Pheasant (1991) dan Helander (1995) dalam Eka Safitri Silehu (2020) memperkirakan bahwa $\pm 30\%$ cedera otot skeletal khususnya bagian pinggang dan punggung disebabkan karena sikap kerja membungkuk dan memutar badan.

Keluhan Otot musculoskeletal disorders disebabkan oleh pekerjaan yang dilakukan secara terus menerus seperti mencangkul, membelah kayu, angkat-angkut dan sebagainya. Keluhan otot terjadi karena otot menerima tekanan akibat beban kerja secara terus menerus tanpa memperoleh kesempatan relaksasi dan sikap kerja yang kurang baik menyebabkan posisi bagian-bagian tubuh bergerak menjauhi posisi alamiah, misalnya pergerakan tangan terangkat, punggung terlalu



membungkuk, kepala terangkat, dan sebagainya. Resiko kerja mengenai gangguan otot yang disebabkan oleh kesalahan postur kerja dalam melakukan suatu aktivitas kerja, keluhan pada bagian otoskeletal yang dirasakan oleh seseorang mulai dari keluhan sangat ringan sampai sangat sakit, apabila otot menerima beban statis secara berulang dan dalam waktu yang lama, akan dapat menyebabkan keluhan berupa kerusakan pada sendi, ligament dan tendon (Muh ade faisal, 2021).

Menurut OHSA (2000) dalam (Andini, R, 2020). keluhan musculoskeletal adalah gangguan atau cidera pada jaringan lunak seperti otot, tendon, sendi, ligamen serta sistem syaraf. Paling sering terjadi pada bagian lengan dan punggung. Menurut Tarwaka (2014) menyebutkan bahwa keluhan musculoskeletal merupakan keluhan yang terjadi pada otot rangka yang dialami oleh seseorang mulai dari keluhan yang ringan sampai dengan keluhan yang sangat berat.

Gejala awal keluhan musculoskeletal yakni berupa rasa sakit pada otot yang menandakan bahwa otot perlu pemulihan atau istirahat. Menurut Grandjean (1993) dan Akobundu (2008) dalam Majunidah (2010) juga menyebutkan bahwa gejala keluhan musculoskeletal terbagi menjadi beberapa tahap, yakni tahap pertama atau awal gejalanya seperti pegal, dan keluhan pada bagian tubuh tertentu. tahap selanjutnya yakni tahap kedua atau intermediate, gejala yang timbul seperti rasa sakit setelah melakukan pekerjaan dalam sehari, selain itu juga dapat mengganggu kualitas tidur pekerja jika sudah mencapai tahap ini. (Suwanto, 2020).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sikap kerja dengan musculoskeletal disorder pada pekerja industri sagu dengan hasil uji Chi-Square test berdasarkan nilai continuity correction diperoleh nilai $p = 0,001$ ini membuktikan bahwa rata-rata pekerja memiliki sikap kerja yang sangat rendah.

Hasil penelitian sesuai dengan teori Peter Vi (2000) dalam Ervin Putri (2020) yang menyatakan bahwa salah satu faktor penyebab keluhan musculoskeletal disorders adalah sikap kerja yang tidak alamiah. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori dari Grandjean (1993), Anis & McConville (1996), Waters & Anderson (1996) & Manuaba (2000) dalam Ervin Putri (2020) bahwa sikap kerja tidak alamiah menyebabkan posisi bagian-bagian tubuh bergerak menjauhi posisi alamiah, contohnya pergerakan tangan terangkat, punggung terlalu membungkuk, kepala terangkat, dsb. Semakin jauh posisi tubuh dari pusat gravitasi tubuh, maka semakin tinggi risiko terjadinya keluhan musculoskeletal. Sikap kerja tidak alamiah pada umumnya dapat terjadi karena karakteristik tuntutan tugas, alat kerja dan stasiun kerja tidak sesuai dengan kemampuan dan keterbatasan pekerja.

Menurut asumsi peneliti bahwa sikap kerja yang baik akan lebih rentang kecil resiko untuk mengalami musculoskeletal pada pekerja industri sagu hal ini perlu di antisipasi dengan cara memperhatikan lingkungan kerja sekitar yang menjadi jalur-jalur dalam melakukan aktivitas selama melakukan pekerjaan ditempat kerja.

KESIMPULAN

1. Sebagian besar sikap kerja responden dalam penelitian ini berada pada kriteria rendah.
2. Sebagian besar Kejadian *Musculoskeletal Disorder* pada pekerja dalam penelitian ini berada pada kriteria rendah.



3. Terdapat Hubungan Sikap Kerja dengan kejadian *Musculoskeletal Disorder* pada pekerja industri sagu di Dusun Ursana Desa Kairatu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden yang telah memberikan waktu dan kesempatan kepada peneliti, serta Kepala Pemerintahan Desa Kairatu yang memberikan izin untuk melakukan penelitian di Desa Kairatu, dan juga kepada pihak terkait yang telah memberikan dukungan yang tidak bisa kami sebutkan satu per satu.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini, R. (2020). *Indeks Massa Tubuh Sebagai Faktor Risiko Pada Gangguan Muskuloskeletal*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada
- Alfiatul Iza (2021). *Hubungan Antara Postur Kerja Dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Petani Di Desa Jagalan, Kecamatan Karangnongko, Kabupaten Klaten*. Jurnal Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan universitas Muhammadiyah Surakarta
- Ervin Putri (2020). *Analisis Risiko Sikap Kerja Dengan Keluhan Muskuloskeletal Disorder Pada Porter Stasiun Surabaya Gubeng*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia
- Fara Lizenda (2021). *Hubungan Sikap Kerja Terhadap Keluhan Muskuloskeletal Pada Pekerja Home Industry Di Surabaya*. Jurnal Departemen Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga
- Ika Triwati, (2021) *Hubungan Sikap Kerja Dengan Keluhan Muskuloskeletal Terhadap Kinerja Karyawan PT. Maruki Internasional Indonesia Makassar*. Jurnal Prodi Teknik Sipil, Akademi Teknologi Industri Dewantara Palopo
- Larono,(2020).*Hubungan Sikap Kerja Dengan Keluhan Muskuloskeletal Disorder Pada Pekerja Buruh Di Pelabuhan Laut Manado*
- Muh hade faisal (2021). *Pemanfaatan Dan Pendapatan Usaha Sagu Di Desa Komba Selatan Kecamatan Larompong Kabupaten Luwu*. Skripsi Program Studi Kehutanan Fakultas Kehutanan Universitas Hasanudin Makassar 2021
- Ratna Maulina (2023). *Hubungan Sikap Kerja Dengan Kejadian Keluhan Muskuloskeletal Pada Perawat Di Rumah Sakit*. Jurnal. Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Sari,N. W. (2021). *Hubungan Sikap Kerja Petani Laki-Laki Terhadap Keluhan Muskuloskeletal Disorder (Msd)*. Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan
- Sihombing, (2020) . *Hubungan Sikap Ker Dengan Muskuloskeletal Disorders Pada Penjahit Di Pusat Industri Kecil Menteng Medan 2015*. [E-Journal]. Tersedia Di [https:// Media.Neliti. Com/ Media/ Publications /14574-ID-Hubungan - Sikap-Kerja-Dengan- Muskuloskeletal-Disorders-Pada-Penjahit- Di-Pusat- Ind.Pdf](https://Media.Neliti.Com/Media/Publications/14574-ID-Hubungan-Sikap-Kerja-Dengan-Muskuloskeletal-Disorders-Pada-Penjahit-Di-Pusat-Ind.Pdf)
- Suwanto, (2020). *Hubungan Antara Risiko Postur Kerja Dengan Risiko Keluhan Muskuloskeletal Pada Pekerja Bagian Pemotongan Besi Di Sentra Industri Pande Besi Padas Klaten*. Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah