

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Di Indonesia, sebagai negara dengan pertumbuhan ekonomi yang pesat, memiliki tantangan dalam menjaga efisiensi dan produktivitas di setiap sektor industri, termasuk sektor logistik. Perusahaan logistik memegang peran penting dalam memastikan kelancaran bisnis dalam suatu perusahaan. Pekerja di gudang bertanggung jawab atas penanganan dan pengiriman berbagai paket dan barang setiap harinya. Pekerjaan seringkali melibatkan aktivitas fisik yang berulang dan membutuhkan postur kerja tertentu, yang jika tidak dikelola dengan baik, dapat menimbulkan risiko kesehatan bagi pekerja. Salah satu risiko kesehatan yang paling umum yaitu *Musculoskeletal disorder* (MSDs) (Sari et al., 2019).

Menurut informasi dari survei tenaga kerja (LFS) yang disebutkan dalam penelitian oleh (Listyowati et al., 2023), jumlah kasus gangguan *muskuloskeletal* pada pekerja masih cukup tinggi, dengan total 1.144 juta kasus pada tahun 2020. Dari data tersebut, penyakit MSDs pada bagian punggung merupakan penyebab kasus terbanyak dengan jumlah 493.000 kasus, diikuti oleh gangguan MSDs pada ekstremitas atas sebanyak 426.000 kasus, dan penyakit MSDs pada ekstremitas bawah sebanyak 224.000 kasus. Gangguan *muskuloskeletal* adalah gangguan pada otot dan rangka yang dirasakan seseorang seperti nyeri pada tangan, punggung, leher, dan kaki. Pekerja yang melakukan tugas yang sama secara berulang dalam jangka waktu yang lama memiliki risiko tertinggi terhadap gangguan *muskuloskeletal*.

Pos Indonesia merupakan sebuah Badan Usaha Milik Negara (BUMN) Indonesia yang bergerak di bidang layanan pos yang kantornya terletak di Jl. Pemuda No 542 Tanjung Redeb 77311 Kabupaten Berau. Pos Indonesia menyediakan berbagai macam jasa pengiriman surat pos, dokumen dan barang, layanan logistik, serta layanan keuangan. PT Pos Indonesia memiliki gudang yang berfungsi sebagai tempat *cross docking*. Di gudang ini, barang yang datang langsung diproses dan didistribusikan tanpa perlu disimpan terlebih dahulu. Fasilitas ini memastikan efisiensi dan kecepatan dalam pengiriman barang serta menjaga kualitas pelayanan PT Pos Indonesia selalu di tingkat terbaik.

Dalam struktur operasional gudang, terdapat tiga jenis posisi karyawan yang masing-masing memiliki tugas yang berbeda. Pertama, 'puri kirim' yang diisi oleh satu orang bertanggung jawab melakukan pengiriman barang dari dalam kota ke luar kota. Kedua, 'puri terima' juga diisi oleh satu orang, yang memiliki tugas untuk menerima barang yang datang dari luar kota yaitu samarinda dengan

menggunakan transportasi darat. Terakhir, posisi ‘kurir’ yang diisi oleh empat orang, memiliki tugas untuk melakukan penyortiran barang dan pengantaran barang. Penanganan barang yang datang di perusahaan ini menjadi tantangan yang kompleks karena jumlah barang yang tidak konsisten. Dalam satu bulan, rata-rata terdapat sekitar 3.000 barang yang harus dikelola, termasuk dokumen, paket besar dan paket kecil. Beban yang diangkat memiliki berat rata-rata lebih dari 10 kg. untuk memudahkan proses penanganan, alat bantu yang digunakan ialah troli dan *handpalet* saat memindahkan barang dari truk di luar gudang ke tempat penyortiran.

Dengan aktivitas pekerjaan yang dilakukan mulai dari mengangkat, menurunkan, mendorong barang, serta aktivitas penyortiran barang dengan posisi tubuh yang selalu mengalami perubahan postur tubuh. Hal ini tentu akan menimbulkan keluhan nyeri pada bagian punggung bawah dan leher. Tekanan berulang pada otot dan tulang belakang, jika dilakukan dalam waktu yang lama dan frekuensi yang tinggi, bisa berpotensi menimbulkan masalah *musculoskeletal* jangka panjang. Selain itu, terdapat pekerja yang melakukan aktivitas pengimputan barang atau dokumen dikomputer dalam posisi duduk. Jika postur tubuh saat duduk tidak tepat, kondisi ini dapat menyebabkan berbagai keluhan, seperti nyeri punggung, tegang di leher dan sakit pada pergelangan tangan atau lengan.

Kegiatan yang dilakukan memberikan dampak permasalahan yang ditemui terhadap karyawan yaitu kelelahan pada leher, punggung, pinggang, pergelangan tangan serta lutut. Hal ini disebabkan pada karyawan bekerja selama 8 jam serta jam lembur untuk penanganan barang datang dan pengantaran barang. Kelelahan pada sebuah pekerjaan akan berdampak buruk terhadap tubuh karyawan yang dimana pekerjaan tersebut dilakukan secara statis dan tidak berubah-ubah dalam jangka waktu yang lama. Kegiatan yang dilakukan karyawan gudang dapat memberikan keluhan *musculoskeletal* karena postur tubuh yang tidak tepat dalam bekerja dan dilakukan dalam waktu yang lama.

Untuk mencegah risiko munculnya *musculoskeletal disorders* yang terjadi pada karyawan maka peneliti melakukan analisis dengan menggunakan menggunakan metode OWAS (*Ovako Working Posture Analysis System*). Metode ini dirancang untuk mengidentifikasi postur kerja yang berpotensi berbahaya dan memberikan rekomendasi untuk perbaikan. Dengan demikian, penulis melakukan penelitian dengan judul **“Analisis Postur Kerja Karyawan Gudang Logistik Dengan Menggunakan Metode Owas Pada PT Pos Indonesia Cabang Tanjung Redeb”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana postur kerja karyawan gudang ketika melakukan aktivitas penanganan barang?
2. Apa rekomendasi perbaikan postur kerja yang baik guna mencegah terjadinya cedera pada karyawan?

1.3 Batasan Masalah

Dalam upaya untuk memastikan penelitian ini dapat dilakukan dengan efektif dan efisien, maka dibuat batasan-batasan masalah tertentu yang diantaranya adalah:

1. Penelitian ini dilakukan pada area gudang logistik PT Pos Indonesia yang berada di Jl. Pemuda No 542 Tanjung Redeb 77311.
2. Penelitian ini difokuskan pada aktifitas postur tubuh dari kurir, puri kirim dan puri terima di dalam gudang logistik PT Pos Indonesia Tanjung Redeb pada saat penanganan barang.
3. Pengolahan data menggunakan OWAS *worksheet assessment* sebagai penilaian postur kerja dan menggunakan App Angulus versi 4.0 sebagai alat pengukuran postur kerja
4. Populasi yang dipakai berjumlah 6 orang dan sampel yang digunakan juga berjumlah 6 orang dikarenakan fokus penelitian yakni pada proses penanganan barang dan gerakan yang dilakukan bersifat statis atau berulang (*repetitive*) dengan kriteria:
 - a) Karyawan berjenis kelamin laki – laki.
 - b) Masa kerja 7 bulan – 2 tahun
 - c) Usia Karyawan > 29 tahun.
 - d) Kebiasaan merokok
5. Waktu penelitian dilakukan selama waktu praktik kerja industri yaitu dimulai dari tanggal 07 agustus 2023 sampai dengan tanggal 12 januari 2024.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari latar belakang permasalahan yang telah disampaikan peneliti sebelumnya, adapun tujuan dari penelitian ini antara lain:

1. Mengetahui kondisi postur kerja yang selama ini diterapkan oleh pekerja ketika melakukan aktivitas penanganan barang di dalam gudang.

2. Untuk memberikan rekomendasi perbaikan postur kerja yang lebih baik untuk mengurangi risiko cedera yang dapat timbul akibat postur kerja yang tidak ergonomis.

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini antara lain:

- A. Bagi Peneliti
 - a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai wawasan baru terkait metode OWAS (*Ovako Work Analysis System*) pada karyawan gudang di gudang logistik PT Pos Indonesia Tanjung Redeb.
 - b. Penelitian ini akan membantu penulis dalam mengasah keterampilan penelitian, seperti pengumpulan dan menganalisis data, serta kemampuan untuk merumuskan rekomendasi berdasarkan temuan penelitian.
- B. Bagi PT Pos Indonesia
 1. Penelitian ini akan membantu perusahaan dalam mengidentifikasi dan mengurangi risiko cedera atau gangguan *musculoskeletal* yang dapat dialami karyawan. Dengan perbaikan postur kerja yang ergonomis, kesejahteraan karyawan dapat ditingkatkan.
 2. Dengan adanya rekomendasi perbaikan postur tubuh yang ergonomis, diharapkan akan terjadi peningkatan produktivitas karyawan. Karyawan yang nyaman dan bekerja dalam postur yang baik akan dapat bekerja lebih efisien dan efektif.
 - c. Penelitian ini akan membantu perusahaan dalam memastikan bahwa karyawan PT Pos Indonesia mematuhi standar keselamatan dan kesehatan kerja yang berlaku. Dengan mengidentifikasi dan mengurangi risiko cedera atau gangguan *musculoskeletal*, perusahaan dapat menciptakan lingkungan kerja yang lebih aman dan sehat.
- C. Bagi Politeknik Sinar Mas Berau Coal
 1. Penelitian ini dapat menambah wawasan serta meningkatkan keterampilan mahasiswa untuk menerapkan ilmunya dalam bidang ergonomi.
 2. Dapat membuka peluang untuk kerjasama antar kampus Politeknik Sinar Mas Berau Coal dengan PT Pos Indonesia dalam pengembangan penelitian lanjutan atau implementasi perbaikan ergonomi.