



PENGUKURAN ASPEK ERGONOMI DAN KESEHATAN LINGKUNGAN KERJA DI AREA MAIN OFFICE RU II DUMAI

**Muhammad Reza¹⁾, Shinta Elystia¹⁾, Jecky Asmura¹⁾ Aryo Sasmita¹⁾ Gunadi Priyambada¹⁾ David
Andrio¹⁾ Vasella Dwi Rosyanti²⁾**

¹⁾Dosen Program Studi Teknik Lingkungan S1, Fakultas Teknik Universitas Riau
Kampus Bina Widya Jl. Hr.Soebrantas Km 12,5 Simpang Baru, Panam,
Pekanbaru 28293

²⁾ Mahasiswa Program Studi Teknik Lingkungan S1, Fakultas Teknik Universitas Riau
Kampus Bina Widya Jl. Hr.Soebrantas Km 12,5 Simpang Baru, Panam,
Pekanbaru 28293

Email : zha6290@gmail.com

Abstrak

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan No. 48 Tahun 2016 dalam rangka mendukung upaya keselamatan dan kesehatan kerja di gedung perkantoran, diperlukan penyelenggaraan keselamatan kesehatan kerja, lingkungan kerja, dan ergonomik perkantoran. Faktor yang dapat mempengaruhi ergonomik adalah postur dan sikap tubuh karyawan pada saat bekerja di depan layar monitor. Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran mengenai kondisi kerja di PT. Pertamina (Perseo) RU II Dumai. Sedangkan tujuan khusus dari penelitian ini adalah mengukur aspek ergonomik dengan metode ergo checklist di area main office RU II Dumai dan kesehatan lingkungan kerja. Metode yang digunakan adalah dengan menggunakan checklist ergonomi yang telah direkomendasikan OSHA dan standar ergonomik perkantoran di Permenkes No. 48 Tahun 2016. Hasil pengukuran yang diperoleh adalah aspek ergonomik dengan metode ergo checklist belum sepenuhnya diterapkan di area main office RU II Dumai. Kondisi kesehatan lingkungan kerja di area main office dari segi aspek kebisingan, intensitas cahaya, temperature ruang kerja, serta kelembaban ruang kerja sudah memenuhi standar Permenkes No. 48 Tahun 2016.

Keywords: Ergonomi, OSHA, Area Main Office, Ergonomi checklist.

1. PENDAHULUAN

Dalam dunia kerja, kesehatan dan keselamatan kerja merupakan aspek yang sangat penting untuk diperhatikan oleh perusahaan. Undang Undang Ketenagakerjaan No 13 Tahun 2003 pasal

86 ayat 2 menyebutkan perlunya di selenggarakan upaya keselamatan kerja di dalam suatu perusahaan untuk melindungi keselamatan pekerja guna mewujudkan produktivitas kerja yang optimal.

Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan No 48 Tahun 2016 dalam rangka mendukung upaya keselamatan dan kesehatan kerja di gedung perkantoran diperlukan penyelenggaraan keselamatan dan kesehatan kerja, lingkungan kerja, dan ergonomic perkantoran. Ergonomi merupakan disiplin ilmu yang berkaitan dengan aturan kerja dalam usaha untuk meningkatkan kualitas dan kenyamanan di lingkungan kerja, salah satunya di perkantoran (Wignjosoebroto, 2003).

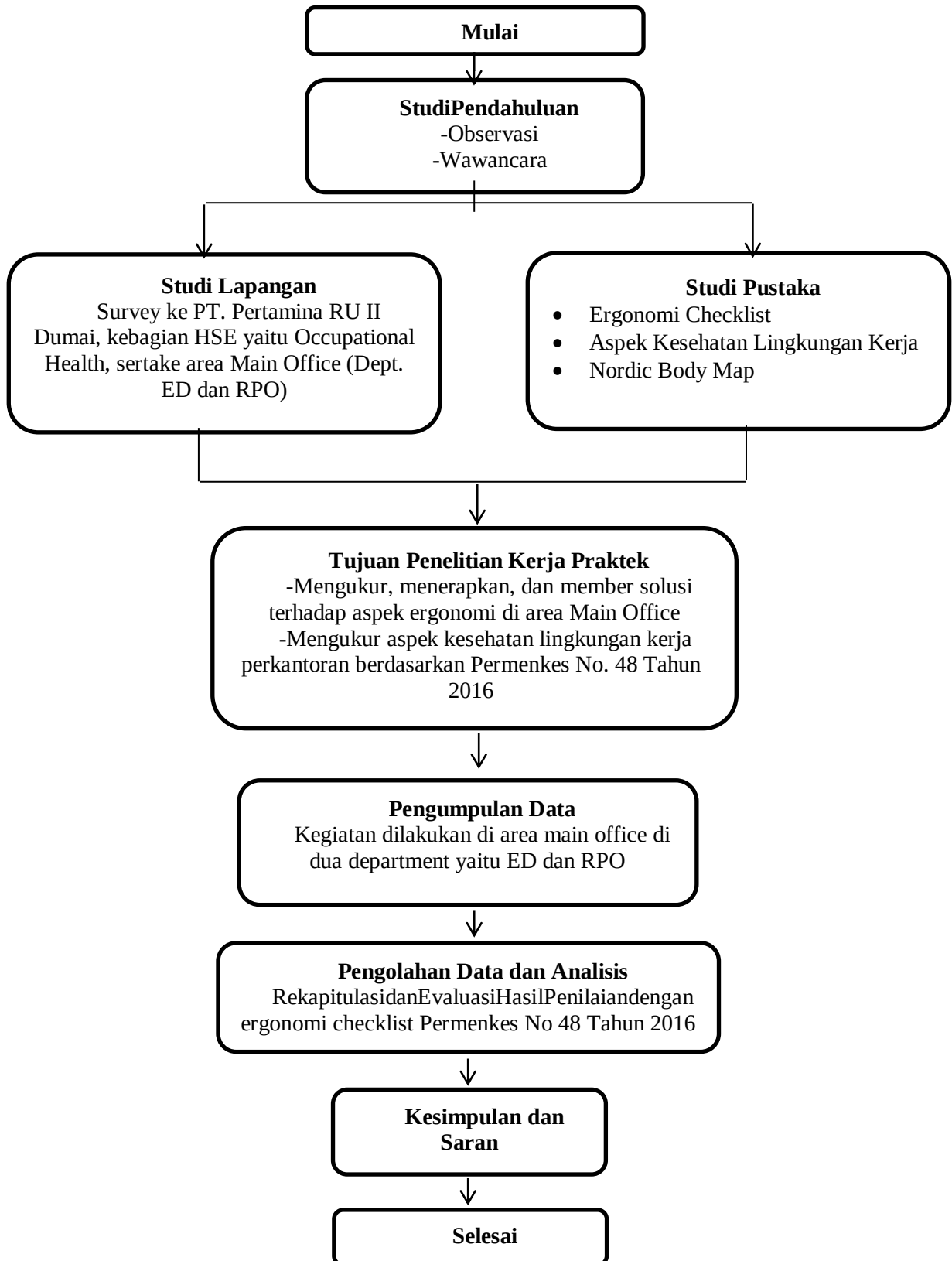
Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi ergonomic adalah postur dan sikap tubuh karyawan pada saat bekerja di depan layar monitor. Apabila postur karyawan yang bekerja di depan layar monitor sudah baik dan ergonomi, maka pekerjaan yang dilakukan oleh karyawan dapat selesai dengan baik (Susihono, 2016).

PT. Pertamina (Persero) Refinery Unit II Dumai adalah perusahaan yang mengolah minyak dan gas yang menghasilkan produk-produk BBM dan Non BBM. Kapasitas total RU II Dumai adalah 170.000 barel/hari, yang merupakan kapasitas ketiga terbesar setelah RU IV Cilacap dan RU V Balikpapan.

Pada penelitian ini dilakukan pengukuran dan peninjauan aspek ergonomi di Area Main Office PT. Pertamina (Persero) RU II Dumai terhadap fasilitas dan sikap kerja sesuai standar ergonomic perkantoran dan kesehatan lingkungan kerja berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan No. 48 Tahun 2016.

2. METODE PENELITIAN

ADAPUN METODOLOGI PENELITIAN DALAM PELAKSANAAN PENELITIAN DI PT. PERTAMINA (PERSERO) RU II DUMAI ADALAH:



Gambar 3.1 Diagram Alir Penelitian

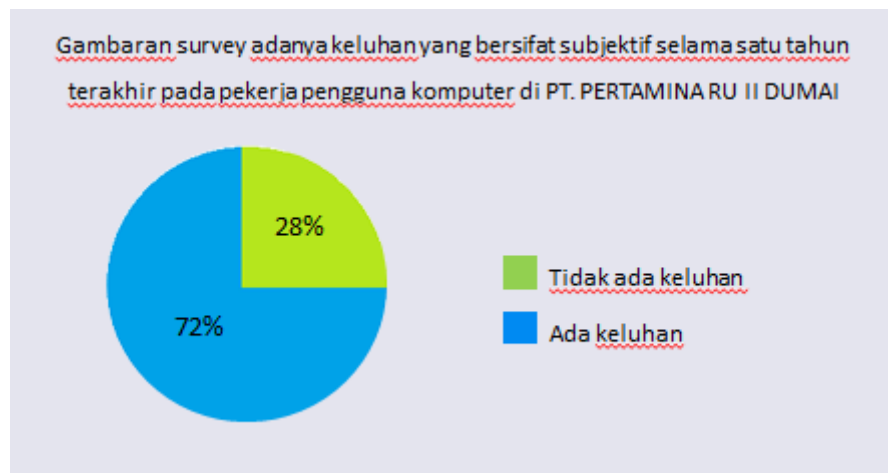
3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Pengukuran Aspek Ergonomi di Area Main Office RU II Dumai

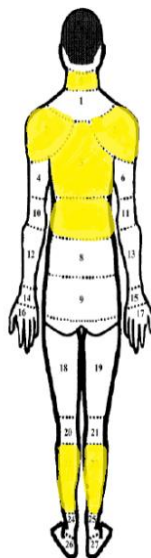
Pada laporan ini, digunakan checklist ergonomic untuk mengetahui kondisi lingkungan kerja di PT. Pertamina RU II Dumai khususnya area main office (dept. ED, RPO). Pengukuran yang digunakan menggunakan aturan pada Permenkes No 48 Tahun 2016.

Dari hasil pengukuran yang dilakukan di dua departemen area main office yaitu department ED dan RPO dari 5 aspek ergonomic dan 1 aspek kesehatan lingkungan kerja yang terdiri dari 24 butir ergo checklist, didapatkan 14 poin baik dan sudah memenuhi standar, 7 poin tidak sesuai atau belum menerapkan, dan 3 poin tidak ditemukan. Dari 7 poin yang tidak sesuai meliputi aspek ergonomic dalam postur tubuh saat duduk, sandaran lengan, posisi tapak kaki, postur lutut, luas meja, arah sumber cahaya, dan aspek kesehatan lingkungan kerja yaitu terkait kelembaban ruang kerja.

1. NORDIC BODY MAP



Gambar 2 Hasil Survey Keluhan dengan lembar Nordic Body Map



Gambar 4.2 Survey Persebaran Keluhan yang Paling Banyak Dirasakan Pekerja

Kedua gambar diatas menunjukkan 8 dari 11 pekerja dari dua departemen area, merasakan sakit pada anggota tubuhnya selama satu tahun terakhir dan area sakit yang paling banyak dirasakan pekerja

yaitu area leher bagian atas, bahu kiri dan bahu kanan, punggung, pinggang, dan betis kiri dan kanan. Hasil survey juga menunjukkan 72% dari total sampel pekerja yang telah diobservasi, merasakan sakit tingkat biasa hingga sedang dan sedikit yang merasakan tingkat berat, sebagian besar pekerja hanya merasakan sakit yang hilang timbul jika sudah berlama-lama bekerja dalam posisi duduk di depan monitor.

4. KESIMPULAN

Pada pengukuran aspek ergonomic dan kesehatan lingkungan kerja di department ED dan RPO di area Main Office PT. Pertamina RU II Dumai, didapat kesimpulan sebagai berikut:

1. Pekerja di dept. E&D dan dept. RPO belum sepenuhnya menerapkan prinsip ergonomic dalam postur kerja dan beberapa aspek yang belum memenuhi standar Permenkes No 48 Tahun 2016 yaitu aspek luas meja kerja dan arah datangnya sumber cahaya menuju layar monitor dengan persentase sebanyak 45%.
2. Pengukuran aspek kesehatan lingkungan kerja yang sudah memenuhi standar Permenkes No 48 Tahun 2016 yaitu aspek kebisingan dengan persentase 81%, intensitas cahaya dengan persentase 81%, temperature ruang kerja dengan persentase 90%, kelembaban dengan persentase 90%, konsentrasi CO dan debu.
3. Seluruh aspek tidak dapat dipenuhi sekaligus. Hal ini disebabkan ada beberapa aspek yang sifatnya *situational*. Seperti sudut kemiringan kursi yang ergonomic saat posisi duduk dan posisi kaki menyentuh lantai yang tidak dapat dipertahankan satu posisi saja selama 8 jam bekerja.

5. SARAN

1. Dalam rangka menertibkan postur kerja yang ergonomis pada pekerja di area Main Office, sebaiknya membuat suatu sistem/aplikasi yang tersedia di layar monitor, berupa “Break Timer” atau aplikasi *RSI Guard* yang berfungsi sebagai *reminder* pekerja untuk melakukan peregangan/istirahat jika sudah mencapai batas maksimal mengetik saat bekerja di depan komputer/laptop.
2. Melakukan pengawasan terkait penerapan aspek ergonomic saat bekerja. Seperti memberikan reward terhadap ruang/area kantor yang sudah mengatur dan menerapkan postur kerja yang ergonomi. Sehingga menumbuhkan semangat dan kesadaran diri masing-masing pekerja tentang betapa pentingnya postur kerja yang ergonomis untuk kesehatan jangka panjang.
3. Aspek kesehatan lingkungan kerja yang perlu dibenahi adalah Intensitas cahaya area kerja. Untuk intensitas cahaya, sebaiknya dilakukan pengecekan dan penggantian berkala.

6. DAFTAR PUSTAKA

- OSHA.(2010). Safety and Health Topics Ergonomis. United States Department of Labour. Washington DC. diakses 5 Maret 2018. <http://www.google.com>.
- Peraturan Menteri Kesehatan No. 48 Tahun 2016 tentang Standar Keselamatan dan Kesehatan Lingkungan Kerja Perkantoran

- Susi, Putu. N.L., (2014). Pengaruh Stretching terhadap Keluhan Musculoskeletal Pada Perawat di Ruang Ratna dan Medical Surgical RSUP Sanglah. Jurusan Ilmu Keperawatan. Fakultas Kedokteran. Universitas Udayana :Bali.
- Susihono, W. (2016). Perbaikan Postur Kerja untuk Mengurangi Keluhan Muskulo skeletal dengan Pendekatan Metode Owas. Jurusan Teknik Industri. Universitas Sultan Ageng Tirtayasa. Cilegon.
- Wignjosoebroto, S., (2003). Ergonomi Studi Gerak dan Waktu. Guna Widya.