

PELATIHAN ERGONOMI KERJA DI RUMAH SAKIT

1)Didi Junaedi, 2)Meike Elsy Beatrix 3)Andary Asvaroza Munita
Program Studi Teknik Industri, Fakultas Teknik, Universitas Mercu Buana Jakarta
Email: didi.junaedi@mercubuana.ac.id, meike@mercubuana.ac.id, andary.asvaroza@mercubuana.ac.id

ABSTRAK

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk membantu manajemen Rumah Sakit Jatisampurna dalam keselamatan dan kesehatan para pekerja khususnya pada bagian layanan pasien. Dari hasil kunjungan awal ke Rumah Sakit Jatisampurna dan bertemu dengan bagian DIKLAT (Pendidikan dan Pelatihan) RS Jatisampurna, menurut pihak manajemen rumah sakit tersebut yang menjadi keluhan karyawannya adalah keluhan low back pain (LBP) diantaranya cukup banyak disampaikan oleh paramedis. Atas dasar hal tersebut dalam kegiatan pengabdian masyarakat kali ini tim dosen Program Studi Teknik Industri Universitas Mercu Buana Kampus D Jatisampurna Bekasi bermitra dengan pihak manajemen Rumah Sakit Jatisampurna Bekasi untuk memberikan pelatihan mengenai ergonomi kerja. Pelatihan ini diberikan kepada beberapa karyawan dari pihak mitra yang terdiri dari karyawan manajerial dari beberapa divisi. Melalui pelatihan ini diharapkan meningkatkan pemahaman dalam sikap atau posisi bekerja yang ergonomis sehingga dapat meminimalkan tingkat risiko sakit persendian pada umumnya dan sakit pada bagian pinggang pada khususnya.

Kata Kunci: ergonomi kerja, low back pain

ABSTRACT

This community service aims to assist the management of Jatisampurna hospital in the safety and health of workers, especially in the patient services. From the results of early visits to Jatisampurna hospital and meet the workshop (Education and Training) section of Jatisampurna University, according to the management of the hospital who become complaints of employees is a complaint of low back pain (LBP) of which is quite a lot delivered by paramedic. On this basis in the activities of the Community this time the team of technical studies Program lecturer of the University of Mercu Buana campus D Jatisampurna Bekasi partners with the management of hospital Jatisampurna Bekasi to provide training on work ergonomics. This training was given to several employees from partners consisting of managerial employees from several divisions. Through this training is expected to improve understanding in an ergonomic posture or position so as to minimize the level of risk of joint pain in general and pain in the waist in particular.

Keywords: work ergonomics, low back pain

1. PENDAHULUAN

1.1. Analisis Situasi

Menurut WHO (World Health Organization), rumah sakit adalah bagian integral dari suatu organisasi sosial dan kesehatan dengan fungsi menyediakan pelayanan paripurna (komprehensif), penyembuhan penyakit (kuratif) dan pencegahan penyakit (preventif) kepada

masyarakat.

Salah satu rumah sakit swasta yang ada di daerah Bekasi adalah Rumah Sakit Umum Jatisampurna, dimana mulai berubah menjadi rumah sakit umum dari rumah sakit ibu dan anak di tahun 2010. Perubahan ini dimaksudkan untuk meningkatkan derajat kesehatan yang optimal, khususnya masyarakat sekitar dengan status ekonomi

menengah ke bawah.

Dengan pangsa pasar yang sudah didefinisikan tersebut, Rumah Sakit Umum Jatisampurna harus bisa memastikan pelayanan diberikan dalam harga yang terjangkau. Rumah Sakit Umum Jatisampurna dituntut untuk dapat menjalankan pelayanannya dengan efektif dan efisien, dalam harga yang murah, tanpa mengurangi nilai kualitasnya. Padahal industri rumah sakit bukanlah industri yang murah, jika dilihat dari fasilitas alat kesehatan, obat maupun tenaga medis dan dokter.

Salah satu upaya pengendalian lingkungan kerja perawat adalah melalui penerapan ergonomi kerja, yaitu program yang diadakan untuk menjaga kesehatan di tempat kerja terutama dalam hal ini adalah perawat. Hal ini penting untuk dilaksanakan agar menciptakan lingkungan kerja yang aman dan nyaman, sehingga dapat meminimalisir menurunnya tingkat performa kerja, menurunnya produktivitas kerja, kurangnya akurasi dalam bekerja, pemborosan waktu, meningkatnya kecelakaan kerja, dan menimbulkan lebih cepat kelelahan kerja (Wignjosoebroto, 1992).

Pencegahan primer nyeri punggung di tempat kerja biasanya merupakan strategi yang paling umum digunakan oleh pemberi kerja. Banyak kasus nyeri punggung dapat dicegah dengan perubahan di tempat kerja yang berfokus pada pengurangan insiden baru nyeri punggung kerja (Al-Otaibi, 2015; Quick & Henderson, 2016).

1.2. Permasalahan Mitra

Adapun permasalahan mitra prioritas yang dihadapi oleh Rumah Sakit Umum Jatisampurna adalah :

- a. Sulit mengidentifikasi postur atau posisi kerja yang berpotensi menyebabkan low back pain.
- b. Belum adanya pelatihan terkait posisi kerja yang baik sesuai dengan kaidah ergonomi

kerja agar tidak berpotensi low back pain.

2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan dalam pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut:

1. Pada tahap persiapan yang dilakukan adalah menganalisa masalah dan kebutuhan. Pelaksana Pengabdian Kepada Masyarakat mencari data dan informasi dari manajemen rumah sakit Jatisampurna. Pada tahap ini mengidentifikasi masalah dan mencari upaya untuk membantu mengatasi masalah yang muncul.
2. Tahap kedua yaitu pelaksanaan terbagi menjadi beberapa sesi yaitu pembukaan, penyampaian teori dan contoh-contoh. Di tahap akhir peserta menunjukkan hasil yang di dapat selama pelatihan baik secara teori maupun praktik.
3. Selanjutnya sebagai tahap terakhir adalah evaluasi. Evaluasi ini dilakukan dengan meminta unjuk kerja peserta melalui evaluasi singkat. Hal ini bertujuan mengetahui ketercapaian tujuan dari kegiatan ini.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil

Tabel 1. Luaran yang Dihasilkan

No	Jenis Luaran	Indikator Capaian
1	Publikasi ilmiah pada jurnal ber ISSN/prosiding	Tercapai
2	Publikasi pada media masa cetak/online/repocitory PT	
3	Peningkatan daya saing (peningkatan kualitas, kuantitas, serta nilai tambah barang, jasa, diversifikasi produk, atau sumber daya lainnya)	

4	Peningkatan penerapan iptek di masyarakat (mekanisasi, IT, dan manajemen)	
5	Perbaikan tata nilai masyarakat (seni budaya, sosial, politik, keamanan, ketentraman, pendidikan, kesehatan)	Tercapai
6	Publikasi di jurnal internasional	
7	Jasa, rekayasa sosial, metode atau sistem, produk/barang	Tercapai
8	Inovasi baru TTG	
9	Hak kekayaan intelektual (Paten, Paten sederhana, Hak Cipta, Merek dagang, Rahasia dagang, Desain Produk Industri, Perlindungan Varietas Tanaman, Perlindungan	
9	Hak kekayaan intelektual (Paten, Paten sederhana, Hak Cipta, Merek dagang, Rahasia dagang, Desain Produk Industri, Perlindungan Varietas Tanaman, Perlindungan Desain Topografi Sirkuit Terpadu)	
10	Buku ber ISBN	

3.2. Pembahasan

Pelatihan ini dilaksanakan pada 8 Februari 2020, diikuti oleh beberapa karyawan RS Jatisampurna Bekasi yang telah diberi tugas oleh Divisi Diklat dan Personalia. Hasil yang didapat oleh peserta dari pelatihan ini adalah:

- Peserta dapat mengidentifikasi mana saja aktivitas yang dapat menimbulkan masalah pada otot terutama low back pain.
- Peserta dapat menerapkan gerakan yang benar sesuai dengan kaidah ergonomi kerja.
- Peserta memahami dalam melakukan setiap pekerjaan yang berpotensi cidera diperlukan alat bantu. Contoh: pada saat akan memindahkan pasien dari tempat tidur dapat menggunakan alat bantu berupa kain yang cukup lebar sehingga dapat menarik pasien dengan kain tersebut untuk menggeser pasien ke tepi tempat tidur.

Slip sheet/Rollersheet:

Membantu mengurangi gesekan saat secara lateral memindahkan atau memposisikan ulang pasien di tempat tidur. Mereka juga membantu mengurangi kekuatan yang dibutuhkan pekerja untuk bergerak pasien



Gambar 1. Teknik Menggeser Pasien di Tempat Tidur

Berdasarkan hasil kuesioner tersebut dapat disimpulkan bahwa program pelatihan ini berhasil dengan indikator :

- Sebesar 100% peserta memahami dan terbuka wawasan pentingnya ergonomi kerja.
- Sebesar 100% merasakan manfaat dari pelatihan ini.
- Sebesar 100% termotivasi secara pribadi mengikuti pelatihan.
- Sebesar 91% peserta terinspirasi untuk menerapkan di area kerja.



Gambar 2. Dokumentasi Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat di Lokasi

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Otaibi, S. (2015). Prevention of occupational Back Pain. *Journal of Family and Community Medicine*, 22(2), 73. <https://doi.org/10.4103/2230-8229.155370>
- Quick, J., & Henderson, D. (2016). Occupational stress: preventing suffering, enhancing wellbeing. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 13(5), 459. [internal-pdf://0.0.0.84/459.html](https://doi.org/10.3390/ijerph13050459)
- Wignjosoebroto, S. (1992). *Ergonomi: Teknik Tata Cara dan Pengukuran Kerja*. Guna Widya.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil pelaksanaan pelatihan ergonomi kerja di RS Jatisampurna Bekasi diperoleh Kesimpulan dan Saran sebagai berikut:

1. Pelatihan ergonomi kerja di rumah sakit ditujukan untuk membantu RS Umum Jatisampurna dalam menjaga produktivitas kerja karyawannya yaitu dapat memahami dengan baik gerakan yang dapat berpotensi cidera atau sakit terutama low back pain.
2. Melalui pelatihan ini juga memberikan pengetahuan pada peserta pelatihan tentang alat bantu yang dapat digunakan dalam bekerja.
3. Tim pelaksana menyarankan agar pelatihan ini dapat disempurnakan dengan penelitian atau riset kerjasama antara dosen, mahasiswa bersama mitra dalam hal ini RS Umum Jatisampurna, agar menghasilkan perbaikan yang berkelanjutan dan senantiasa dapat membantu mitradalam menjagaproduktivitaskerja.