

Faktor yang Mempengaruhi Risiko Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada Driver Ojek Online Wanita Kota Medan

Agnes Ferusgel

Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Helvetia; agneslppmhelvetia@gmail.com (koresponden)

Masni

Program Studi Keperawatan, STIKes Indah Medan; masni.skep@yahoo.com

Nur Asni Arti

Program Studi Keperawatan, STIKes Indah Medan; bonjol.101_pb@yahoo.co.id

ABSTRACT

MSDS is one of the occupational health problems found in various countries. MSDS can occur due to nutritional status, length of work, years of service and work attitude. The purpose of this study was to analyze the factors that influence the risk of Musculoskeletal Disorders (MSDs) in Medan's women's motorcycle taxi drivers. This research was quantitative with cross sectional study design. The population in this study were all female online motorcycle taxi drivers (Go-Jek), amounting to 40 people and all of them became samples. Data analysis used Pearson statistical tests and simple linear regression. The results showed that there was an influence of tenure ($p = 0.001$) and work attitude ($p = 0,000$) on MSDs complaints on female ojek-online workers in Medan City and there was no influence on nutritional status and length of work on MSDs complaints on female ojek-online workers in the city of Medan. The coefficient of regression determination showed a value of 0.625 indicating that the variable of tenure and work attitude were able to explain variations in MSDs complaints on female ojek-online workers by 62.5%. It is expected that the company can make regulations regarding working hours for female online motorcycle taxi drivers so as to limit the exposure of workers and it is expected that female online motorcycle taxi drivers can relax while waiting for passengers.

Keywords: MSDs; ojek online driver; women

ABSTRAK

MSDS merupakan salah satu permasalahan kesehatan terkait pekerjaan yang ditemukan di berbagai Negara. MSDS dapat terjadi akibat dari status gizi, lama kerja, masa kerja dan sikap kerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor yang mempengaruhi Risiko Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada driver ojek-online wanita Kota Medan. Penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain studi potong lintang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh driver ojek online (Go-Jek) wanita yang berjumlah 40 orang dan seluruhnya menjadi sampel. Sikap kerja diamati dengan metode REBA dan MSDS di amati dengan *nordic map*. Analisis data menggunakan uji statistik *Pearson* dan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh masa kerja ($p=0,001$) dan sikap kerja ($p=0,000$) terhadap keluhan MSDs pada pekerja ojek-online wanita di Kota Medan dan tidak ada pengaruh status gizi dan lama kerja terhadap keluhan MSDs pada pekerja ojek-online wanita di Kota Medan. Koefisien determinasi regresi menunjukkan nilai 0,625 menunjukkan bahwa variabel masa kerja dan sikap kerja mampu menjelaskan variasi keluhan MSDs pada pekerja ojek-online wanita sebesar 62,5%. Diharapkan Bagi Perusahaan dapat membuat peraturan mengenai jam kerja pada driver ojek online wanita sehingga dapat membatasi keterpaparan pekerja dan diharapkan bagi driver ojek online wanita dapat melakukan relaksasi disela-sela menunggu penumpang.

Kata kunci: MSDs; driver ojek online; wanita

PENDAHULUAN

Perkembangan industri yang saat semakin pesat yang diikuti juga dengan peningkatan kecelakaan kerja maupun gangguan kesehatan akibat kerja membutuhkan penerapan kesehatan dan keselamatan kerja sebagai standar yang perlu di lengkapi dalam dunia kerja dalam menurunkan resiko penyakit akibat kerja dan kecelakaan kerja yang dapat juga terkait agar kualitas sumber daya manusia dan produktivitas tetap terjaga.

Pada Tahun 2013 didapatkan data bahwa setiap tahun terjadi 2,3 juta kematian yang disebabkan oleh kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja, dimana 90% dari kematian pekerja karena kasus penyakit akibat kerja. Hal ini juga dipertegas denri dari PT Jamsostek yaitu jumlah pesertanya yang mengalami kecelakaan kerja sebanyak 129.911 orang dengan perincian sekitar 69,59% terjadi di dalam perusahaan ketika mereka bekerja. Terjadi di luar perusahaan sebanyak 10,26 % dan sekitar 20,15% merupakan kecelakaan lalu lintas⁽¹⁾. Masalah keselamatan dan kesehatan kerja di Indonesia juga masih menjadi prioritas utama dalam perkembangannya deata Departemen Kesehatan RI tahun 2013 menyatakan bahwa terdapat 428.844 kasus penyakit akibat kerja di Indonesia⁽²⁾.

Di belahan negara lainnya MSDs masih menduduki posisi pertama pada masalah kesehatan yang dikaitkan dengan pekerjaan. Hal tersebut terdapat dalam berbagai hasil penelitian. Keluhan muskuloskeletal adalah keluhan pada bagian bagian otot skeletal yang dirasakan oleh seseorang keluhan yang biasa dirasakan seperti rasa sakit, kegelisahan, rasa terbakar, kaku, bengkak, kram, gerak pendek, kesemutan, mati rasa terbakar, fleksibilitas berkurang. beban statis secara berulang yang diterima otot dalam waktu yang lama, akan menyebabkan keluhan berupa kerusakan pada sendi

ligamen dan tendon. Kerusakan pada ptpt dan sendi yang diistilahkan dengan keluhan musculoskeletal disorders (MSDs) atau cedera pada sistem muskuloskeletal⁽³⁾.

Data dari *Labour Force Survey (LFS)* U.K., yang menunjukkan MSDs pada pekerja sangat tinggi yaitu sejumlah 1.144.000 kasus dengan distribusi kasus yang menyerang punggung sebesar 493.000 kasus, anggota tubuh bagian atas atau leher 426.000 kasus, dan anggota tubuh bagian bawah 224.000 kasus. Penelitian di Amerika didapatkan per 100.000 orang terdapat 300-400 orang yang mengalami MSDs dan 6.000.000 kasus MSDs pertahun. Pada berbagai jeni pekerjaan yang peling tinggai mengalami prevalensi MSDs adalah supir angkutan umum di berbagai belahan dunia yaitu berkisar antara 53% hingga 91%. Hasil dari berbagai Negara yang berbeda karena latar belakang ras, lokasi geografis, etnis, dan sosiodemografi yang berbeda-beda⁽⁴⁾.

Penyebab keluhan ini sangat beragam mulai dari otot terlalu lama meregang, beban kerja otot terlalu berat dan sikap kerja tidak ergonomis. Sikap kerja yang tidak ergonomis adalah postur kerja yang dilakukan dengan posisi tubuh tidak memenuhi posisi alamiah seperti terlalu membungkuk, posisi mengangkat, tangan dalam posisi terlalu terangkat, posisi jongkok yang tidak ergonomis, badan memutar dengan derajat yang tidak ergonomis dan lainnya⁽⁵⁾. Ada juga penelitian yang menunjukkan terdapat hubungan lama duduk dengan nyeri pinggang bawah dimana resiko relatif 1,6 lebih besar untuk terjadinya nyeri pinggang bawah pada pekerja dengan sikap duduk selama setengah hari waktu kerja⁽⁵⁾.

Saat ini di era modern ini, hampir semua hal dapat dilakukan secara *online* melalui jaringan internet, tak terkecuali jasa pemesanan ojek *online*. Saat ini, ojek *online* dapat dikatakan menjadi pilihan alternatif nomer satu, khususnya bagi masyarakat ibu kota, untuk menjangkau tempat tujuan dengan mudah, cepat, dan murah tidak hanya itu saja makananpun juga dapat dipesan melalui driver ini. Sehingga pekerjaan *driver* ojek *online* menjadi sasaran pekerjaan yang marak untuk dijadikan profesi di masyarakat karena tidak memerlukan syarat yang banyak dimana penghasilan yang didapatkan dari profesi ini juga lumayan menggiurkan. Profesi ini juga diminati oleh wanita, karena mereka dapat bekerja sesuai dengan waktu yang dapat mereka tentukan sendiri.

Saat ini pengemudi yang bergabung dengan Gojek berjumlah 12.000. Namun, menurut Nadiem, perusahaannya kini telah memiliki 200.000 pengemudi. Gojek menghentikan rekrutmen pengemudi karena sudah lebih dari cukup. Grab Bike memiliki 3.000 pengemudi. Blue-Jek memiliki 1.000 pengemudi. LadyJek yang memiliki segmen pasar khusus untuk wanita memiliki 800 pengemudi. Di Kota Medan sendiri driver ojek *online* sudah mencapai 2000 pengemudi.

Driver ojek *online* hanya sebatas mitra sehingga masih banyak batasan-batasan hak dan kewajiban dalam pekerja seperti tidak adanya batasan waktu dalam bekerja, kurang meratanya kepemilikan kartu jaminan kesehatan padahal jika dilakukan observasi dan pengamatan pekerjaan sebagai driver ojek online sangat berisiko baik dalam hal keselamatan kerja seperti resiko kecelakaan kerja dan juga berisiko dalam hal kesehatan seperti dehidrasi, gangguan pernafasan, gangguan kulit dan resiko MSDs atau sakit pada tulang belakang. Pada penelitian ini *driver* wanita juga masih melakukan kegiatan sebagi ibu rumah tangga sehingga meningkatkan risiko MSDs. Hasil wawancara kepada 5 *driver* ojek-online menunjukkan bahwa secara keseluruhan pernah mengalami nyeri punggung karena menyetir terlalu lama. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis resiko MSDs pada *driver* ojek *online* wanita di Kota Medan.

METODE

Desain dalam penelitian ini yaitu menggunakan kuantitatif analitik dengan pendekatan cross-sectional. Lokasi penelitian dilakukan di Kota Medan. Penelitian dilaksanakan hingga Bulan September 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh driver ojek online (Go-Jek) wanita yang berjumlah 40 orang. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 40 orang (total populasi sampling). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah MSDs yang diukur dengan kuesioner *NORDIC*. Kuesioner ini secara lengkap menggambarkan bagian-bagian tubuh yang mungkin dikeluhkan oleh pekerja mulai dari leher hingga pergelangan kaki. Variabel bebas dalam penelitian ini antara lain status gizi, masa kerja, lama kerja dan sikap kerja. Sikap kerja diukur dengan *Rapid Entire Body Assisment (REBA)* adalah suatu metode dalam bidang ergonomi yang digunakan secara cepat untuk menilai postur leher, punggung, lengan, pergelangan tangan dan kaki seorang pekerja. Skoring REBA diberikan untuk memberi sebuah indikasi pada tingkat risiko dan pada bagian mana yang harus dilakukan tindakan penanggulangan. Cara pengumpulan data dengan menggunakan lembar ceklist dan kuesioner. Analisis deskriptif untuk mendapatkan gambaran setiap variabel penelitian yaitu faktor ergonomi dan Musculoskeletal Disorders (MSDs) . analisis resiko antara variabel bebas (independen) yaitu ergonomi, umur, lama kerja, dan masa kerja dengan variabel terikat (dependen) Musculoskeletal Disorders (MSDs) menggunakan uji statistik *pearson dilanjutkan dengan analisis regresi linear sederhana* pada tingkat kemaknaan 95 % (0,05).

HASIL

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas berdasarkan kelompok umur ojek-online wanita mayoritas berusia 33-42 tahun, mayoritas memiliki 2 anak, status gizi mayoritas adalah gemuk dan pendidikan mayoritas adalah tamat SMA.

Tabel 1. Distribusi karakteristik pekerja ojek-online wanita di Medan

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Umur		
21-32 Tahun	13	32,5
33-42 Tahun	17	42,5
43-52 Tahun	10	25,0

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Jumlah Anak		
0	11	27,5
1 Anak	2	5,0
2 Anak	15	37,5
3 Anak	6	15,0
4 Anak	4	10,0
5 Anak	2	5,0
Status Gizi		
Normal	11	27,5
Gemuk	29	72,5
Pendidikan		
SD	1	2,5
SMP	7	17,5
SMA	31	77,5
PT	1	2,5

Tabel 2. Distribusi masa kerja dan durasi kerja pekerja ojek-online wanita di Medan

Variabel	Frekuensi	Persentase
Masa Kerja		
5-13 bulan	12	30,0
14-23 bulan	11	27,5
24-36 bulan	17	42,5
Durasi Kerja		
<=8 jam	14	35,0
> 8 jam	26	65,0
Sikap Kerja		
Ergonomi	17	42,5
Kurang Ergonomi	23	57,5
Keluhan MSDs		
Rendah	18	45,0
Sedang	16	40,0
Tinggi	6	15,0

Tabel 3. Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan MSDs pada Pekerja Ojek-Online Wanita di Medan

Perilaku Kerja	Keluhan Kesehatan Kulit	
	R	p
Status Gizi	0,347	0,028
Masa Kerja	0,381	0,015
Durasi Kerja	0,260	0,105
Sikap Kerja	0,693	0,000

Tabel 4. Koefisien determinasi

R ²	F	p
0,625	30,884	0,000

Tabel 5. Pengaruh masa kerja dan sikap kerja terhadap keluhan MSDs

Variabel	B	p.
Konstanta	-20,402	
Masa Kerja	0,633	0,001
Sikap Kerja	8,748	0,000

Berdasarkan Tabel 2 didapatkan bahwa berdasarkan masa kerja pekerja Ojek-Online wanita mayoritas 24-36 bulan sebesar 42,5%, masa kerja 5-13 bulan sebesar 30,0%. Durasi kerja mayoritas > 8 jam/ hari sebesar 65,0%. Sikap kerja pekerja Ojek-Online wanita mayoritas kurang ergonomi sebesar 57,5%. Keluhan MSDs pekerja Ojek-Online wanita mayoritas pada keluhan rendah sebesar 45,0%.

Pada Tabel 3 menunjukkan bahwa terdapat hubungan status gizi ($p=0,028$), masa kerja (0,015) dan sikap kerja (0,000) dengan keluhan MSDs pada pekerja ojek-online wanita di Medan, sedangkan durasi kerja (0,105) tidak berhubungan dengan keluhan MSDs pada pekerja ojek-online wanita di Medan. Koefisien determinasi regresi menunjukkan nilai 0,625 menunjukkan bahwa variabel masa kerja dan sikap kerja mampu menjelaskan variasi keluhan MSDs pada pekerja ojek-online wanita sebesar 62,5%. Tabel 5 menunjukkan bahwa sikap kerja (0,000) merupakan faktor yang paling dominan mempengaruhi keluhan MSDs pada pekerja ojek-online wanita di Medan.

PEMBAHASAN

Pengaruh Masa Kerja terhadap Keluhan MSDs pada Pekerja Ojek-Online Wanita di Medan

Keluhan MSDs memiliki sifat akumulatif yang seiring dengan masa kerja. Masa kerja adalah terhitungnya lama kerja pada saat pertama kali bekerja hingga penelitian berlangsung. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh masa

kerja terhadap keluhan MSDs pada pekerja ojek-online wanita dengan nilai $p=0,001$. Hal ini memperlihatkan bahwa semakin lama masa kerja maka semakin tinggi resiko keluhan MSDs yang dialami oleh *driver ojek-online* wanita. Keluhan yang banyak mereka alami antara lain pada bagian punggung, betis, lengan dan pantat. Keluhan utama yang mereka alami pada lengan, karena otot pada lengan terbebani oleh berat badan penumpang yang mereka bawa. Perkembangan dan manifestasi penyakit MSDs membutuhkan waktu yang cukup lama. Jadi semakin lama masa bekerja maka menunjukkan lamanya seseorang terpajan faktor risiko MSDs sehingga semakin besar pula risiko untuk mengalami MSDs.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Anita Tahun 2017 menyatakan penyebab kejadian Musculoskeletal Disorders (MSDs) adalah masa kerja pada pekerja bagian finishing, dimana pekerja dengan masa kerja 10-15 tahun lebih banyak yang mengalami MSDs⁽⁶⁾. Penelitian lain juga menyatakan pekerja pada bagian polishing mengalami MSDs setelah 10 tahun bekerja, sedangkan pekerja yang telah bekerja selama 5 tahun belum mengalami MSDs⁽⁷⁾.

Ojek-Online wanita dengan masa kerja yang sudah mencapai lebih dari 2 tahun lebih banyak mengalami keluhan MSDs dibandingkan dengan yang masa kerja lebih rendah. Hal ini menunjukkan semakin lama masa kerja *driver ojek online* juga menunjukkan intensitas pekerja mengalami getaran tubuh yang lebih sering sehingga dapat mengakibatkan penyempitan pembuluh darah yang lama kelamaan akan mengakibatkan nyeri otot sehingga terjadi keluhan Musculoskeletal Disorders. Hal ini juga dapat diperparah akibat lamanya *driver* berada di jalan untuk mengantar penumpang di seluruh wilayah Kota Medan. Rata-rata pekerja ojek-online wanita menyetir kendaraan mereka 8 jam sehari, mereka juga menyatakan mengalami panas di daerah pantat dan merasa pegal di punggung. Kelelahan juga sering dialami oleh pekerja ini sehingga kandungan oksigen dalam darah rendah, pembakaran karbohidrat terhambat, terjadilah penumpukan asam laktat dan akhirnya timbul rasa nyeri otot yang disebut dengan Musculoskeletal Disorders⁽⁸⁾. Rata-rata status perkawinan dari *driver* adalah janda dan menjadi tulang punggung keluarga. Tidak hanya bekerja, *driver* wanita juga masih dibebani dengan tugas rumah tangga seperti memasak, mencuci, mengurus anak, membersihkan rumah dan lain sebagainya.

Cohen et al menjelaskan bahwa masa kerja, kekakuan fisik, kesegaran jasmani, ukuran erat kaitannya dengan kekuatan ataupun kelemahan otot dalam risiko terjadinya MSDs pada pekerja. Beban kerja diikuti dengan pejanan yang lama akan mengurangi aliran darah yang membawa oksigen ke seluruh tubuh, berakibat keletihan pada tulang belakang, pada akhirnya otot akan merasa sakit. Bagian tubuh yang paling cedera pada saat mengangkat dan membawa adalah tulang punggung⁽⁹⁾. Pada umumnya pekerja dengan masa kerja yang lama maupun tidak akan memiliki risiko mengalami keluhan MSDs. Oleh karena itu pada *driver* harus memiliki sikap kerja yang ergonomis dan juga mengurangi beban kerja yang tinggi sehingga otot tidak terlalu mudah letih akibat pejanan dalam waktu yang lama untuk mencegah terjadinya MSDs.

Musculoskeletal Disorders (MSDs) merupakan penyakit yang bersifat kronis yang membutuhkan waktu yang cukup lama untuk berkembang dan menimbulkan sakit. Pekerja yang bekerja dalam waktu yang cukup lama dalam melakukan pekerjaan berat terutama bagi pekerja pengangkut mengakibatkan rasa sakit dan nyeri pada otot karena terakumulasi setiap harinya. Tarwaka menyatakan penyebab keluhan musculoskeletal yaitu peregangan otot yang berlebihan, aktivitas berulang dan sikap kerja tidak alamiah. Sikap kerja yang tidak alamiah yang terus terjadi dalam kurun waktu yang lama seperti masa kerja akan mempercepat terjadinya MSDs. Faktor risiko lainnya juga yaitu faktor individu dari pekerja itu sendiri seperti umur, jenis kelamin, masa kerja, kebiasaan merokok, kebiasaan olahraga, dan indeks masa tubuh⁽³⁾.

Penelitian yang dilakukan oleh Ariyanto (2012) yang menunjukkan adanya hubungan antara masa kerja dengan keluhan MSDs pada aktivitas manual handling oleh karyawan mail processing center Makassar⁽¹⁰⁾. Penelitian yang dilakukan oleh Hendra S. Rahardjo (2009) pada pekerja panen kelapa sawit di PT "X" Sumatera Selatan menunjukkan bahwa pekerja yang bekerja selama ≥ 4 tahun akan berisiko 2,755 kali mengalami CTDs dibandingkan pekerja yang bekerja⁽¹¹⁾.

Pengaruh Sikap Kerja terhadap Keluhan MSDs pada Pekerja Ojek-Online Wanita di Medan

Keluhan muskuloskeletal atau gangguan otot rangka adalah gangguan yang dialami karena kerusakan pada otot, saraf, tendon, ligament, persendian, kartilago dan diskus intervertebralis. Gangguan dapat berupa kerusakan pada otot yang dapat berupa ketegangan otot, inflamasi dan degenerasi. Sementara itu, kerusakan pada tulang dapat berupa memar, mikrofraktur, patah atau terpelintir⁽¹²⁾. Ergonomi adalah penerapan ilmu-ilmu biologis tentang manusia bersamasama dengan ilmu-ilmu teknik dan teknologi untuk mencapai penyesuaian satu sama lain secara optimal dari manusia terhadap pekerjaannya, yang manfaat dari padanya diukur dengan efisiensi dan kesehatan kerja.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh sikap kerja terhadap keluhan MSDs pada *driver* ojek-online wanita. Semakin tidak ergonomis sikap kerja *driver* ojek-online wanita maka semakin banyak keluhan MSDs yang dirasakan oleh *driver* ojek-online wanita. Sikap kerja yang tidak ergonomis mayoritas pada punggung leher dan kaki dan dilakukan secara terus menerus. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dimi (2014) yaitu hasil hubungan antara intensitas getaran, umur, masa kerja, lama kerja, kebiasaan olahraga, dan sikap kerja dengan keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada pekerja paving block di CV. Sumber Galian Makassar⁽¹³⁾. Hasil

penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dian (2017) menyatakan postur kerja mempengaruhi keluhan MSDs pada sopir bus antar provinsi di Bandar Lampung⁽¹⁴⁾

Penerapan posisi kerja yang ergonomis akan mengurangi beban kerja dan secara signifikan mampu mengurangi kelelahan atau masalah kesehatan yang berkaitan dengan postur kerja serta memberikan rasa nyaman kepada tenaga kerja terutama dalam pekerja yang monoton dan berlangsung lama, jika penerapan ergonomi tidak dapat terpenuhi akan menimbulkan ketidaknyamanan atau munculnya rasa sakit pada bagian tubuh tertentu. Salah satu dampak kesehatan yang muncul sebagai akibat dari postur kerja yang tidak ergonomis adalah musculoskeletal disorder (MSDs)⁽¹⁵⁾. Posisi tubuh yang menyimpang secara signifikan terhadap posisi normal saat melakukan Pekerjaan dapat menyebabkan stress mekanik lokal pada otot, ligamen, dan persendian. Hal ini mengakibatkan cedera pada leher, tulang belakang, bahu, pergelangan tangan, dan lain-lain⁽¹⁶⁾.

Sikap Kerja Tidak Alami Sikap kerja tidak alami adalah sikap kerja yang menyebabkan posisi bagian tubuh bergerak menjauhi posisi alami misalnya pergerakan tangan terangkat, punggung terlalu membungkuk, kepala terangkat dan sebagainya. Semakin jauh posisi bagian tubuh dari pusat gravitasi tubuh, maka akan semakin tinggi nilai skor yang menyebabkan resiko terjadinya keluhan otot skeletal semakin tinggi. Postur punggung terlalu membungkuk dan leher terlalu menunduk menyebabkan nyeri otot pada leher, bahu punggung dan pinggang. Semakin jauh posisi bagian tubuh dari pusat gravitasi maka semakin tinggi pula risiko keluhan otot skeletal⁽¹⁷⁾.

Sikap kerja driver ojek online wanita duduk dengan kaki diletakkan dibawah tepakan kaki dengan menahan beban penumpang jika jalanan macet, tangan juga harus menahan beban penumpang untuk menjalankan sepeda motornya. Kepala tegak dan fokus menghadap ke depan. Sikap kerja *driver* ojek online merupakan sikap kerja statis, terus menerus dan terpapar getaran, karena berada pada posisi duduk dalam waktu yang lama. Hal tersebut dapat menimbulkan keluhan-keluhan pada pekerja dikarenakan pada saat tubuh berada dalam posisi statis, akan terjadi penyumbatan aliran darah dan mengakibatkan pada bagian tersebut kekurangan oksigen dan glukosa dari darah.

KESIMPULAN

Masa kerja dan sikap kerja berpengaruh pada resiko Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada driver ojek online wanita Kota Medan. Faktor yang paling dominan dalam mempengaruhi risiko terbut adalah sikap kerja. Diharapkan Bagi Perusahaan dapat membuat peraturan mengenai jam kerja pada driver ojek online wanita sehingga dapat membatasi keterpaparan pekerja dari risiko pekerjaan sebagai driver ojek online. Bagi para driver ojek online wanita dapat melakukan relaksasi disela-sela menunggu penumpang seperti menggerakkan pinggang ke kiri dan ke kanan secara bergantian atau dengan meluruskan pinggang setelah membungkuk.

DAFTAR PUSTAKA

1. Fahmi I. Kecelakaan Kerja: ILO Laporkan Kasus Di RI Terbilang Tinggi. 2013.
2. Kemenkes RI. Riset kesehatan dasar. Jakarta: Kemenkes RI; 2013.
3. Tarwaka. Ergonomi Indonesia: Dasar-dasar Pengetahuan dan Aplikasi di Tempat Kerja. 2015.
4. Sekaaram V, Ani LS. Prevalensi musculoskeletal disorders (MSDs) pada pengemudi angkutan umum di terminal Mengwi, Kabupaten Badung-Bali. *IntisariSainsMedis*; 2017.
5. Ardella R, Rahayu UB, Wijianto SST. Pengaruh Kinesio Taping Terhadap Penurunan Nyeri Kasus Carpal Tunnel Syndrome Pada Operator Komputer di Pabelan. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta; 2013.
6. Safitri A, Prasetyo E. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Musculoskeletal Disorders (MSDs) di Bagian Finishing Unit Coating PT. Pura Barutama. *J Keperawatan dan Kesehat Masy Cendekia Utama*. 2017;2(5).
7. Handayani W. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Muskuloskeletal Disorders Pada Pekerja Bagian Polishing PT. Surya Toto Indones Tbk Tangerang Skripsi Jakarta, Univ Islam Negeri Hidayatullah. 2011;120-38.
8. Dinas PK dan P Ubud. Perbedaan Keluhan Muskuloskeletal.
9. Bukhori E. Hubungan faktor risiko pekerjaan dengan terjadinya keluhan musculoskeletal disorders (MSDs) pada tukang angkut beban penambang emsa di Kecamatan Cilograng Kabupaten Lebak Banten tahun 2010. 2010.
10. Ariyanto J, Muis M, Thamrin Y. Faktor Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Musculoskeletal Disorders pada Aktivitas Manual Handling oleh Karyawan Mail Processing Centre Makasar. *J Univ Hasanudin*. 2012.
11. Hendra RS. Risiko ergonomi dan keluhan musculoskeletal disorders (MSDs) pada pekerja panen kelapa sawit. In: *Prosiding Seminar Nasional Ergonomi IX* (pp D11-1- D11-8) TI-UNDIP, Semarang. 2009.
12. Soedirman SPK. Keselamatan Kerja dalam Perspektif Hiperkes dan Keselamatan Kerja. *Erlangga Med Ser*. 2014.
13. Cindyastira D, Russeng SS, Wahyuni A. Hubungan Intensitas Getaran Dengan Keluhan Muskuloskeletal Disorders (MSDs) Pada Tenaga Kerja Unit Produksi Paving Block CV. *Sumber Galian Makassar Univ Hasanuddin*. 2014.
14. Octaviani D. Hubungan Postur Kerja Dan Faktor Lain Terhadap Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) Pada Sopir Bus Antar Provinsi di Bandar Lampung. 2017.
15. Jalajuwita RN, Paskarini I. Hubungan posisi kerja dengan keluhan musculoskeletal pada unit pengelasan PT. X Bekasi. *Indones J Occup Saf Heal*. 2015;4(1):33-42.
16. Icsal M, Sabilu Y, Pratiwi AD. Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada Penjahit Wilayah Pasar Panjang Kota Kendari Tahun 2016. *J Ilm Mhs Kesehat Masy*. 2016;1(2).
17. Abdillah F. Analisis postur kerja dengan metode Rapid Upper Limb Assesment (RULA) pada pekerja kuli angkut buah di Agen Ridho Illahi Pasar Johar Kota Semarang. *J Kesehat Masy Univ Diponegoro*. 2013;2(1).