

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Dengan pesatnya laju pertumbuhan pembangunan dan perekonomian Indonesia jumlah penduduk mengalami peningkatan pula dari tahun ke tahun sesuai pada data statistik yang dipublikasikan oleh badan pusat statistik pada tahun 2000 terdapat bangunan fisik yang digunakan sebagai tempat hunian meningkat secara pesat dihitung dari persentase rumah tangga menurut provinsi, tipe daerah dan status kepemilikan rumah milik sendiri pada tahun 2009 di perdesa dan perkotaan 79,36 dan pada tahun 2012 di perdesaan dan perkotaan 80,18. Dari peningkatan tersebut dapat diambil gambaran bahwa setiap rumah ataupun tempat hunian yang lain membutuhkan benda-benda fungsional seperti meja, kursi, lemari dan berbagai hiasan yang mengisi ruang kosong disetiap ruangan rumah.

Jepara diperkirakan menyumbang 10% dari total ekspor mebel Indonesia pada tahun 2010 berdasarkan data Dinas Perindustrian dan Perdagangan Jepara (Irawati, 2012). Sehingga penduduk Jepara lebih banyak menggantungkan sumber pencahariannya dengan menjadi penjual meubel, buruh meubel seperti tukang kayu, buruh amplas, tukang pahat (jawa: tatah) dan tukang cat.

Dalam proses pembuatan sebuah meubel dibutuhkan adanya pemilihan bahan baku, penggergajian, perakitan, pengamplasan hingga pengecatan

dan setiap prosesnya dilakukan oleh tukang tersendiri-sendiri dalam proses produksi meubel salah satunya yaitu penghalusan permukaan yang dilakukan oleh buruh amplas. Dalam kegiatan pengamplasan sering kali pekerja amplas tertahan pada posisi jongkok dalam waktu yang relatif lama dan berulang setiap harinya. Lama jongkok buruh amplas tergantung dengan ukuran dan jenis meubel yang diampelas, dengan posisi jongkok tersebut pekerja mengalami posisi statis dan tidak ergonomis. Sikap kerja yang statis dalam jangka waktu yang lama lebih cepat mengalami keluhan pada sistem muskuloskeletal (Grandjean, 1993).

Salah satu keluhan yang cenderung dialami buruh amplas yaitu nyeri gerak ketika berdiri sesaat setelah posisi jongkok ketika bekerja, nyeri gerak tersebut terjadi karena adanya pemendekan otot hamstring dari posisi statis jongkok kemudian terjadi penguluran otot hamstring ketika berdiri. Posisi jongkok yang berlangsung terlalu lama dapat menyebabkan adanya kekakuan otot sehingga dapat terjadi pemendekan otot bahkan kelemahan kekuatan otot.

Hal itu tersebut dikarenakan oleh karena menurunnya fleksibilitas otot hamstring, banyak orang yang mengalami cedera karena kurangnya fleksibilitas suatu otot terutama otot hamstring. Keluhan itu dapat disebut juga *repetitive strain injury* dimana cedera yang timbul akibat dari aktivitas yang berulang-ulang.

Ketika para pekerja mengalami gangguan kesehatan dapat mengakibatkan produksi yang terhambat dan waktu produksi pun semakin lama sehingga meningkatkan biaya produksi, maka dari itu dapat menurunkan permintaan pasar. Menurut Handoko (2005), Apabila biaya produksi mengalami kenaikan akan mengakibatkan peningkatan harga barang itu sendiri dan menyebabkan jumlah barang yang terjual menjadi sedikit. Maka dari itu penting untuk mengetahui akan gangguan kesehatan yang akan dialami oleh buruh amplas tersebut.

Menurut Sajoto (1995) fleksibilitas adalah daya lentur seseorang dalam penyesuaian diri untuk segala aktivitas dengan penguluran tubuh yang luas. Faktor-faktor yang mempengaruhi fleksibilitas yaitu tipe persendian, elastis otot, ligament, bentuk tubuh, jenis kelamin, suhu, dan usia. Otot hamstring adalah otot yang berfungsi pada gerakan fleksi lutut, ekstensi hip, eksternal dan internal rotasi hip. Hamstring merupakan jenis otot tipe I atau tonik, dimana bila terjadi suatu patologi akan mengalami penegangan dan pemendekan atau *tightness*. Panjang otot hamstring berkaitan dengan fleksibilitas otot, dimana bila otot mengalami pemendekan maka fleksibilitas otot juga akan menurun dan timbul nyeri.

Dengan demikian peneliti ingin mengetahui tentang “hubungan antara lama jongkok terhadap fleksibilitas otot hamstring pada buruh amplas meubel di Jepara”.

**B. Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan antara lama jongkok dengan fleksibilitas otot hamstring pada buruh meubel di Jepara?

**C. Pembatasan Masalah**

Agar permasalahan dalam penelitian ini tidak menjadi luas, maka perlu adanya batasan, sehingga ruang lingkup peneliti menjadi jelas. Berdasarkan rumusan masalah di atas dan mengingat terbatasnya kemampuan tenaga, dan waktu peneliti. Peneliti hanya akan memfokuskan pada lama jongkok dengan fleksibilitas otot hamstring pada buruh meubel di Jepara.

**D. Tujuan Penelitian**

## 1. Tujuan Umum :

Mengetahui hubungan antara lama jongkok dengan fleksibilitas otot hamstring pada buruh amplas meubel.

## 2. Tujuan Khusus :

Untuk mengetahui lama posisi jongkok yang dapat mempengaruhi fleksibilitas otot hamstring.

## **E. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Memberikan sumbangan dalam perkembangan ilmu pengetahuan dibidang kesehatan dan keselamatan kerja, khususnya berkaitan dengan aktivitas maupun pekerjaan yang dilakukan dalam waktu lama pada posisi jongkok yang beresiko terjadinya penurunan fleksibilitas otot hamstring.

### 2. Manfaat Praktis

- a. Memberikan pengetahuan kepada pemilik meubel dan tenaga kerja meubel tentang hubungan antara lama jongkok dengan pemendekan otot hamstring.
- b. Memberikan masukan kepada pemilik meubel dan tenaga kerja meubel agar memberikan tindakan pencegahan terhadap pemendekan otot hamstring.