

HUBUNGAN ADIKSI *SMARTPHONE* TERHADAP PERSEPSI PRODUKTIVITAS KERJA KARYAWAN PT CITRA ABADI SEJATI TAHUN 2019

Herdiana¹⁾, Andi Asnifatima²⁾, dan Rahma Listyandini³⁾

¹⁾Konsentrasi Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3), Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibn Khaldun Bogor. Email: herdi.bung@gmail.com

²⁾Konsentrasi Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3), Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibn Khaldun Bogor. Email: andiasnifatimah@gmail.com

³⁾Konsentrasi Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3), Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Ibn Khaldun Bogor. Email: listyandini@gmail.com

Abstrak

Adiksi *smartphone* adalah perilaku keterikatan atau kecanduan terhadap *smartphone* yang memungkinkan menjadi masalah sosial, seperti menarik diri dan kesulitan dalam performa aktivitas sehari-hari, tes menunjukkan bahwa konsentrasi terendah terjadi pada saat *smartphone* berada di atas meja, namun dengan bertambahnya jarak antara partisipan dengan *smartphone*, kinerja mereka meningkat. Secara keseluruhan, hasil tes 26% lebih tinggi ketika ponsel mereka dipindahkan dari ruangan tersebut. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui Hubungan Adiksi Smartphone Terhadap Produktivitas Kerja Karyawan PT Citra Abadi Sejati. Sampel penelitian ini sebanyak 50 pekerja. Teknik sampel dalam penelitian ini adalah purposive sampel, dengan pengukuran menggunakan kuesioner SAS (*Smartphone Addiction Scale*) untuk mengukur adiksi *smartphone* dan kuesioner Produktivitas Kerja. Hasil penelitian menunjukkan, produktivitas kerja tinggi sebanyak 29 responden (16,0%), adiksi *smartphone* sebanyak 20 responden (40,0%), jenis kelamin laki-laki sebanyak 14 orang (28,0%) jenis kelamin perempuan sebanyak 36 orang (72,0%), umur ≤ 40 tahun sebanyak 34 orang (68,0%), masa kerja baru sebanyak 31 orang (62,0%), durasi penggunaan *smartphone* kurang dari ≤ 60 menit sebanyak 16 orang (32,0%), frekuensi penggunaan *smartphone* lebih dari >10 kali/hari sebanyak 34 orang (68,0%). Produktivitas kerja karyawan rata rata baik dengan tingkat produktivitas kerja sedang.

Kata Kunci: *Kecanduan Smartphone, Produktivitas, Produktivitas Kerja.*

Pendahuluan

Berawal dari perkembangan teknologi saat ini demikian pesat. Teknologi komunikasi pun berkembang semakin cepat, tepat, akurat, kecil, dan murah. Ilmu pengetahuan dan teknologi yang ada dikembangkan sedemikian rupa demi efektivitas dan efisiensi waktu. Setiap hari bahkan setiap jam selalu ada informasi terbaru tentang perkembangan tersebut. Salah satu contohnya adalah terus berkembangnya

berbagai macam jenis telepon, dari jenis telepon kabel yang konvensional sampai dengan jenis telepon nir kabel seperti *Handy Talky* (HT), telepon seluler, dan *personal digital assistant* (PDA), yaitu ponsel generasi terbaru yang telah menunjukkan kesiapannya sebagai perangkat multiguna, peralatan komunikasi, komputasi, dan internet (Novida, 2010).

Proses komunikasi saat ini didominasi menggunakan *handphone* yang dalam perkembangannya sudah bertransformasi menjadi *smartphone*, yaitu sebuah alat yang dapat berperan sebagai asisten pribadi. Alat tersebut dapat menyimpan data-data penting untuk dipergunakan dalam keperluan bisnis maupun sebagai pengingat hal-hal yang harus dilakukan oleh para pengguna *smartphone* tersebut. Disamping itu, *smartphone* juga memiliki fungsi operasional seperti komputer. Penggunaan *smartphone* sebagai ponsel pintar yang ada saat ini menjadi perbedaan pada ponsel biasa, hal ini dikarenakan bahwa pada *smartphone* terdapat varian dan keunggulan dalam sistem operasional (Gary dkk, 2007).

Smartphone sudah ada sejak tahun 1993 (*European Journal of Scientific Research*, Vol. 98 No 2 March, 2013). *Smartphone* adalah telepon genggam yang memiliki sistem operasi untuk masyarakat luas, dimana pengguna dapat menambahkan atau mengubah aplikasi sesuai dengan keinginannya. *Smartphone* juga dapat diartikan sebagai telepon genggam yang menyerupai komputer mini yang memiliki kapasitas sama dengan sebuah telepon (Shiraisihietal, 2010).

Berbagai fitur dan aplikasi yang ada di dalam *smartphone* semakin membuat para pengguna lebih mudah untuk mengakses apapun yang diinginkan. Berbagai aplikasi di dalamnya seperti permainan (games), penyimpan informasi, pembuat daftar pekerjaan atau perencanaan kerja, reminder (pengingat waktu) atau appointment, alat perhitungan (kalkulator), pengiriman atau penerimaan email, integrasi ke peralatan lain seperti PDA, MP3, *chatting* dan *browsing internet* serta video. *Smartphone* menggabungkan banyak fungsi ke dalam satu perangkat. Keunggulan inilah yang membuat banyak orang menjadi semakin tergantung dengan *smartphone*, bahkan orang lebih memilih untuk ketinggalan dompet

dibandingkan ketinggalan ponsel *smartphone* (Zulaeha, 2011).

Fitur-fitur yang menyenangkan mampu membuat seseorang lebih sering dan lebih lama berinteraksi dengan orang lain melalui *smartphone*. Laporan Internet Trends Kleiner Perkins Caufield & Byers's tersebut bahkan menyebutkan angka yang tinggi, yaitu pengguna rata-rata mengecek ponselnya 150 kali dalam sehari. Jika diakumulasi, dalam satu minggu rata-rata orang bisa menggunakan *smartphone*nya lebih dari 1.050 kali. (kompas.com). Hal ini menimbulkan dampak positif dan negatif. Dampak positifnya yaitu meningkatkan rasa percaya diri, lebih memudahkan komunikasi, dan memperoleh banyaktekan, sedangkan dampak negatifnya adalah pelajar menjadi ketergantungan, terjadinya kesenjangan interaksi, dan terciptanya hubungan yang palsu (Prayudi, 2014).

Penelitian oleh Éilish Duke dan Christian Montag (2017) berjudul, "Kecanduan *smartphone*, gangguan harian dan produktivitas yang dilaporkan sendiri," membahas cara-cara dimana *smartphone* memengaruhi produktivitas. Hasilnya menunjukkan kecanduan *smartphone* dan secara aktif memeriksa ponsel memiliki kecenderungan untuk menurunkan produktivitas keduanya. di tempat kerja dan di rumah.

Berdasarkan hasil penelitian psikologis terbaru oleh Universitas Würzburg and Nottingham Trent, atas permintaan Kaspersky Lab tanpa disadari, keberadaan *smartphone* justru menurunkan produktivitas kerja. Penelitian ini menggali korelasi antara tingkat produktivitas dan jarak antara peserta dengan *smartphone* mereka. Ketika *smartphone* mereka dibawa pergi, kinerja peserta meningkat 26%. (Vladimir Polyanskiy, 2016)

Penelitian dilakukan dengan menguji perilaku 95 orang yang berusia antara 19

hingga 56 tahun di laboratorium Universitas Würzburg dan Nottingham-Trent. Rentang usia ini dipilih dengan alasan untuk menyeimbangkan kondisi serta jenis kelamin dalam penelitian di setiap lokasi laboratorium. Peneliti meminta partisipan untuk menguji konsentrasi mereka di empat situasi yang berbeda, yaitu dengan *smartphone* di dalam saku, di atas meja, terkunci di laci dan dipindahkan dari ruangan tersebut.

Hasilnya cukup signifikan, tes menunjukkan bahwa konsentrasi terendah terjadi pada saat *smartphone* berada di atas meja, namun dengan bertambahnya jarak antara partisipan dengan *smartphone*, kinerja mereka meningkat. Secara keseluruhan, hasil tes 26% lebih tinggi ketika ponsel mereka dipindahkan dari ruangan tersebut.

Berbanding terbalik dengan ekspektasi, ketiadaan *smartphone* tidak membuat partisipan merasa gelisah. Tingkat kegelisahan stabil selama penelitian berlangsung. Bagaimanapun, pada umumnya wanita lebih gelisah dibanding rekan pria mereka.

Para peneliti menyimpulkan bahwa tingkat kegelisahan tidak dipengaruhi *smartphone*, tetapi lebih kepada permasalahan gender. Studi sebelumnya menunjukkan bahwa di satu sisi, seseorang yang terpisah dengan *smartphone* nya menghasilkan efek emosional negatif, seperti peningkatan rasa gelisah.

Namun di sisi lain, studi mendemonstrasikan bahwa kehadiran *smartphone* dapat menjadi gangguan. Dengan kata lain, kehadiran dan ketidakhadiran *smartphone* dapat merusak konsentrasi. "Pada intinya, penemuan kami dari hasil penelitian

ini mengindikasikan bahwa dibanding kehadiran *smartphone*, ketidakhadiranlah yang dapat meningkatkan konsentrasi," ujar Jens Binder dari Universitas Nottingham Trent. (Manuel Jeghesta., 2016).

Produktivitas kerja pada dasarnya mencakup sikap mental yang selalu mempunyai pandangan bahwa kehidupan hari ini harus lebih baik dari hari kemarin dan hari esok harus lebih baik dari hari ini. Sikap yang demikian akan mendorong seseorang untuk tidak cepat merasa puas, akan tetapi harus mengembangkan diri dan meningkatkan kemampuan kerja dengan cara selalu mencari perbaikan-perbaikan dan peningkatan (Sutrisno, 2009). Apabila seorang karyawan merasa tidak mampu membuat hari ini lebih baik dari kemarin maka yang muncul adalah apa yang menjadi tanggung jawab pekerjaannya sebagai beban sehingga dapat menimbulkan stres dan produktivitas semakin menurun.

Produktivitas kerja pada PT. Citra Abadi Sejati dilihat dari seberapa besar hasil para pekerja memperoleh pelanggan dengan memanfaatkan *smartphone* yang mereka miliki sebagai sarana komunikasi. Dengan penggunaan *smartphone* yang tidak menentu waktunya apakah justru semakin membuat hasil kerja menjadi lebih produktif atau muncul ketergantungan. Hal ini sesuai dengan yang dikatakan pada paragraf sebelumnya bahwa penggunaan *smartphone* yang terlalu sering akan menjadi kebiasaan dan cenderung menimbulkan ketergantungan. Untuk itu, peneliti tertarik untuk mengulas Hubungan Adiksi *smartphone* terhadap Produktivitas Kerja Karyawan PT. Citra Abadi Sejati di Bogor.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain studi *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh pekerja PT Citra Abadi Sejati Bogor bagian office yang berjumlah 50 pekerja. Sampel yang akan diteliti pada penelitian ini adalah seluruh pekerja PT Citra abadi sejati bagian Office sebanyak 50 pekerja. Yang terdiri dari Marketing, accounting, finance, pajak, shipping, purchasing, dan hrd. Penelitian ini terdiri dari 8 variabel yaitu variabel Produktivitas Kerja karyawan, adiksi *smartphone*, jenis kelamin, umur, masa kerja, penggunaan *smartphone* (tujuan, frekuensi, durasi). Instrumen ini menggunakan lembar kuesioner SAS

Hasil dan Pembahasan

A. Hasil uji Univariat

Berdasarkan hasil uji univariat didapatkan hasil distribusi frekuensi pada variabel keluhan MSDs dari keseluruhan jumlah responden, responden produktivitas kerja tinggi sebanyak 29 responden (58,0%), sedangkan produktivitas kerja sedang sebanyak 21 responden (42,0%). Variabel adiksi *smartphone* sebanyak 20 responden (40,0%) sedangkan tidak adiksi *smartphone* sebanyak 30 responden (60,0%). Variabel jenis kelamin laki-laki sebanyak 14 responden (28,0%) sedangkan jenis kelamin perempuan sebanyak 36 responden (72,0%). Variabel umur < 40 tahun sebanyak 34 responden (68,0%) sedangkan umur >40 tahun sebanyak 16 responden (32,0%). Variabel masa kerja baru sebanyak 31 responden (62,0%),

B. Hasil uji Bivariat

Berdasarkan hasil uji bivariat antara variabel independen (Adiksi *Smartphone*, jenis kelamin, umur, masa kerja, penggunaan *smartphone* (tujuan, frekuensi, durasi)).

(*Smartphone* Addiction Scale) dan kuesioner Produktivitas Kerja (Simamora: 2004;612). Analisis data uji univariat dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi variabel yang diteliti dan uji bivariat dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen dengan menggunakan uji *Chi-Square* dengan membandingkan nilai α sebesar 0,05 pada taraf kepercayaan 95%. Jika *P value* < 0,05 artinya ada hubungan yang bermakna antara variabel independen dengan variabel dependen. Jika *P value* > 0,05 artinya tidak ada hubungan yang bermakna antara variabel independen dengan variabel dependen.

sedangkan masa kerja lama sebanyak 19 responden (38,0%). Variabel penggunaan *smartphone* dari keseluruhan jumlah responden, kurang dari ≤ 60 menit sebanyak 16 responden (32,0%), sedangkan lebih dari >60 menit sebanyak 34 responden (68,0). Variabel frekuensi penggunaan *smartphone* dari keseluruhan jumlah responden, kurang dari ≤ 10 kali/hari sebanyak 16 responden (32,0%), sedangkan lebih dari >10 kali/hari sebanyak 34 responden (68,0%). Dan variabel tujuan penggunaan *smartphone* dari keseluruhan jumlah responden, internet browsing sebanyak 6 responden (12,0%), sosial media sebanyak 28 responden (56,0%) telpon sebanyak 12 responden (24,0%), gaming, dll sebanyak 4 responden (8,0%).

dengan variabel dependen (Produktivitas kerja karyawan) dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

a. Hubungan Adiksi *Smartphone* terhadap Produktivitas Kerja Karyawan

Tabel 1 Hubungan Adiksi *Smartphone* terhadap Produktivitas Kerja Karyawan di PT Citra Abadi Sejati Bogor

Adiksi	Produktivitas Kerja Karyawan				Total		P Value	OR (95%CI)
	Tinggi		Sedang					
	N	%	N	%	N	%		
Ya	0	0,0	20	40,0	20	40,0	0,000	30.000 (4.367- 206.071)
Tidak	29	58,0	1	2,0	30	60,0		
Total	29	58,0	21	42,0	50	100,0		

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa hasil dari uji hubungan antara Adiksi *smartphone* dengan produktivitas kerja karyawan PT Citra abadi sejati Bogor Tahun 2019 menunjukkan dari jumlah 50 responden, terdapat 20 responden adiksi *smartphone* dimana 0 responden (00,0%) dengan produktivitas kerja Tinggi dan 20 responden (0,0%) produktivitas kerja Sedang, sedangkan responden tidak adiksi *smartphone* sebanyak 30 responden (60,0%) dimana 29 responden (58,0%) dengan produktivitas kerja Tinggi dan 1 responden (2,0%) dengan produktivitas kerja Sedang.

Dari uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,000 lebih kecil dari nilai (0,05) dan nilai OR (95%CI) yaitu 30.000 (4.367-206.071). adiksi *smartphone* dengan produktivitas kerja karyawan PT Citra Abadi Sejati bogor tahun 2019.

Hal ini sesuai dengan apa yang saya lihat di lapangan bahwa ketika seorang pekerja sedang menggunakan *smartphone* konsentrasi mereka menurun.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vincentia Firsta Riani (2016), adanya hubungan adiksi *smartphone* terhadap produktivitas kerja CV Travelin citra nusantara tahun 2016.

Penelitian yang dilakukan oleh Jens Binder (2016) dari universitas Nottingham Trent penggunaan *smartphone* dikalangan pekerja, menunjukkan bahwa seseorang terpisah dengan *smartphone* nya menghasilkan efek emosional negatif, seperti peningkatan rasa gelisah, dan penurunan konsentrasi.

b. Hubungan Jenis Kelamin terhadap Produktivitas Kerja Karyawan

Tabel 2 Hubungan Jenis Kelamin terhadap Produktivitas Kerja Karyawan PT Citra Abadi Sejati Bogor

Jenis Kelamin	Produktivitas Kerja Karyawan				Total		P Value	OR (95%CI)
	Tinggi		Sedang					
	N	%	N	%	N	%		
Laki Laki	0	0,0	14	28,0	14	28,0	0,000	5.143 (2.645- 9.999)
Perempuan	29	58,0	7	14,0	36	72,0		
Total	21	58,0	29	42,0	50	100,0		

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa hasil dari uji hubungan antara jenis kelamin terhadap produktivitas kerja karyawan PT Citra abadi sejati Bogor Tahun 2019 menunjukkan dari jumlah 50 responden, terdapat 14 responden jenis kelamin laki laki dimana 0 responden (0,0%) dengan produktivitas kerja Tinggi dan 14 responden (0,0%) produktivitas kerja Sedang, sedangkan responden jenis kelamin perempuan sebanyak 36 responden dimana 29 responden (58,0%) dengan produktivitas kerja Tinggi dan 7 responden (14,0%) dengan produktivitas kerja Sedang.

Dari uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,000 lebih kecil dari nilai (0,05) dan nilai OR (95%CI) yaitu 5.143 (2.645-9.999). Maka dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara jenisn kelamin dengan produktivitas kerja karyawan PT Citra Abadi Sejati bogor tahun 2019.

Jenis kelamin (seks) menunjukkan pada perbedaan biologis dari laki-laki dan perempuan (Sugihartono dkk, 35). Faktor jenis kelamin ikut menentukan tingkat partisipasi dan produktivitas seseorang dalam bekerja. Tenaga kerja pada dasarnya tidak dapat dibedakan berdasarkan pada jenis kelamin. Pada dasarnya perempuan dan laki-laki sangatlah berbeda baik dari perilaku maupun kepribadiannya. Secara umum,

tingkat produktivitas laki-laki lebih tinggi dari perempuan. Hal tersebut 96 dipengaruhi oleh faktor-faktor yang dimiliki perempuan seperti fisik yang lemah, menggunakan perasaan saat bekerja dan faktor biologis.

Hasil diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hana rianita putri (2016) bahwa jenis kelamin berpengaruh terhadap produktivitas kerja karyawan bagian produksi CV. Karunia Abadi Wonosobo. Hal ini dibuktikan dengan uji t yaitu nilai probability sebesar 0,017 (p t tabel). Hal ini ditunjukkan dengan nilai koefisien regresi variabel jenis kelamin bernilai positif, yaitu 4,443 artinya pekerja laki-laki akan lebih produktif dibandingkan pekerja perempuan.

Berdasarkan Dengan ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin dengan produktifitas kerja karyawan PT Citra abadi sejati, karena dari apa yang saya lihat dilapangan bahwa jenis kelamin sangat mempengaruhi produktivitas kerja karyawan di PT Citra abadi sejati terutama jenis kelamin laki laki. Hal ini disebabkan karena PT Citra abadi sejati ini lebih banyak mengandalkan kekuatan fisik dan secara fisik pekerja laki-laki lebih kuat dibandingkan perempuan.

c. Hubungan Umur terhadap Produktivitas Kerja Karyawan

Tabel 3 Hubungan Umur terhadap Produktivitas Kerja Karyawan di PT Citra Abadi Sejati

Umur	Produktivitas Kerja Karyawan				Total		P Value	OR (95%CI)
	Tinggi		Sedang		N	%		
	N	%	N	%				
<40 tahun	21	42,0	13	26,0	34	68,0	0,432	1.615 (487-5.361)
>40 tahun	8	16,0	8	16,0	16	32,0		
Total	21	58,0	29	42,0	50	100,0		

Dari tabel diatas menunjukkan bahwa hasil dari uji hubungan antara umur terhadap produktivitas kerja karyawan PT Citra abadi sejati Bogor Tahun 2019 menunjukkan dari jumlah 50 responden, terdapat 34 responden umur kurang dari <40 tahun dimana 21 responden (42,0%) dengan produktivitas kerja Tinggi dan 13 responden (26,0%) produktivitas kerja Sedang, sedangkan responden umur lebih dari >40 tahun sebanyak 16 responden dimana 8 responden (16,0%) dengan produktivitas kerja Sedang dan 8 responden (16,0%) dengan produktivitas kerja Sedang.

Dari uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,432 lebih besar dari nilai (0,05) dan nilai OR (95%CI) yaitu 1.615 (487-5.361).

Salah satu faktor yang mempunyai pengaruh terhadap produktivitas karyawan adalah faktor usia (Tanto et.al (2012), & Mahendra Woyanti (2014)). Usia yang masih dalam masa produktif biasanya mempunyai

tingkat produktivitas lebih tinggi dibandingkan dengan tenaga kerja yang sudah berusia tua sehingga fisik yang dimiliki menjadi lemah dan terbatas.

Dari hasil uji statistik antara umur terhadap produktivitas kerja karyawan PT Citra abadi sejati dengan menggunakan uji *Chi Square* didapat adalah nilai *p-value* 0,432. dimana (*p-value* < 0,05). Dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara umur dengan produktivitas kerja karyawan PT Citra abadi sejati. Karena rata - rata umur karyawan masuk dalam standar produktif kerja.

Hal ini disebabkan pekerja senior cenderung lebih puas dengan pekerjaannya karena lebih mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan berdasarkan pengalamannya, cenderung lebih stabil emosinya sehingga secara keseluruhan dapat bekerja lebih lancar, terampil dan mantap.

d. Hubungan kesegaran jasmani dengan keluhan MSDs

Tabel 4 Hubungan Kesegaran Jasmani dengan Keluhan MSDs Pada Pekerja Informal Bengkel Las

Kesegaran Jasmani	Keluhan MSDs				Total		P Value	OR (95%CI)
	Tidak Berisiko		Berisiko		N	%		
	N	%	N	%				
Rutin Olahraga	4	36,4	7	63,6	11	100,0	0,708	0,635 (0,138-2,912)
Tidak Rutin Olahraga	9	47,4	10	52,6	19	100,0		
Total	13	43,3	17	56,7	30	100,0		

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 11 responden dengan rutin olahraga, yang berisiko mengalami keluhan MSDs yaitu 7 responden (63,6%) lebih sedikit dibandingkan responden dengan tidak rutin olahraga dari 19 responden yaitu sebanyak 10 responden (52,6%). Dari hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,708 *odd ratio* (OR) sebesar 0,635 (95%CI : 0,138-2,912). Responden yang termasuk kesegaran jasmani tidak rutin olahraga akan mengalami risiko 0,635 kali lebih besar untuk mengalami keluhan MSDs dibandingkan responden yang termasuk kesegaran jasmani rutin olahraga.

Kesegaran jasmani dan kemampuan fisik dipengaruhi oleh kebiasaan olahraga

karena olahraga melatih kerja fungsi-fungsi otot (Tarwaka, 2004).

Penelitian yang dilakukan Annisa Septiani (2017) didapatkan hasil *p-value* 0,227 OR 0,495 artinya tidak ada hubungan yang bermakna antara kesegaran jasmani dengan keluhan MSDs.

Berdasarkan hasil uji statistik yang dilakukan diperoleh nilai *p-value* 0,708 dimana (*p-value* > 0,05) artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dengan keluhan MSDs, dikarenakan sebagian besar tidak melakukan olahraga secara rutin hal ini dikarenakan waktu bekerja lebih dari 8 jam sehingga pekerja tidak punya waktu untuk berolahraga.

e. Hubungan masa kerja dengan keluhan MSDs

Tabel 5 Hubungan Masa Kerja dengan Keluhan MSDs Pada Pekerja Informal Bengkel Las

Masa Kerja	Keluhan MSDs				Total		P Value	OR (95%CI)
	Tidak Berisiko		Berisiko		N	%		
	N	%	N	%				
≤ 5 tahun	8	53,3	7	46,7	15	100,0	0,461	2,286 (0,522-10,011)
> 5 tahun	5	33,3	10	66,7	15	100,0		
Total	13	43,3	17	56,7	30	100,0		

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 15 responden dengan masa kerja ≤ 5 tahun, yang berisiko mengalami keluhan MSDs yaitu 7 responden (46,7%) lebih sedikit dibandingkan responden dengan masa kerja > 5 tahun dari 15 responden yaitu sebanyak 10 responden (66,7%). Dari hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,461 *odd*

ratio (OR) sebesar 2,286 (95%CI : 0,522-10,011). Responden yang termasuk masa kerja > 5 tahun akan mengalami risiko 2,286 kali lebih besar untuk mengalami keluhan MSDs dibandingkan responden yang termasuk masa kerja ≤ 5 tahun.

Masa kerja merupakan faktor risiko yang sangat mempengaruhi seorang pekerja untuk meningkatkan risiko terjadinya

Musculoskeletal Disorders, terutama untuk jenis pekerjaan yang menggunakan kekuatan kerja yang tinggi. Gangguan pada sistem *musculoskeletal* hampir tidak pernah dirasakan secara langsung, tetapi merupakan hasil akumulasi dari paparan atau hal-hal kecil maupun hal-hal besar yang terjadi secara terus-menerus dalam waktu yang lama.

Berdasarkan penelitian Ahmad Rifqi (2013) dengan nilai *p-value* 0,576 (*p-value* > 0,05) tidak terdapat hubungan antara lama kerja dengan MSDs. Dan hasil penelitian antara masa kerja yang dilakukan oleh Lestari yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara masa kerja dengan keluhan MSDs dengan nilai *p-value* = 0,003 lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$.

Berdasarkan hasil uji statistik yang dilakukan diperoleh nilai *p-value* 0,461 dimana (*p-value* > 0,05) artinya tidak ada hubungan antara masa kerja dengan keluhan MSDs dikarenakan tidak selamanya pekerja bengkel las bekerja selalu mendapatkan beban kerja yang berat, bahkan apabila tidak ada pesanan pekerja bisa tidak melakukan apa-apa di waktu kerjanya. Seperti pekerjaan pendempulan tidak memerlukan tenaga yang banyak untuk mengerjakannya sehingga pekerja yang lebih sering melakukan pendempulan dalam masa bekerja yang cukup lama tidak berisiko mengalami keluhan MSDs.

f. Hubungan kebiasaan merokok dengan keluhan MSDs

Tabel 6 Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Keluhan MSDs Pada Pekerja Informal Bengkel Las

Kebiasaan Merokok	Keluhan MSDs				Total		<i>P Value</i>	OR (95%CI)
	Tidak Berisiko		Berisiko		N	%		
	N	%	N	%				
Tidak Merokok	1	50,0	1	50,0	2	100,0	1,000 (0,076-23,542)	
Merokok	12	42,9	16	57,1	28	100,0		
Total	13	43,3	17	56,7	30	100,0		

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 2 responden dengan tidak merokok, yang berisiko mengalami keluhan MSDs yaitu 1 responden (50,0%) lebih sedikit dibandingkan responden dengan merokok dari 28 responden yaitu sebanyak 17 responden (56,7%). Dari hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* 1,000 *odd ratio* (OR) sebesar 1,333 (95%CI : 0,076-23,542). Responden yang termasuk kebiasaan merokok yang merokok akan mengalami risiko 1.333 kali lebih besar untuk mengalami keluhan MSDs dibandingkan responden yang termasuk kebiasaan merokok yang tidak merokok.

Menurut Tarwaka (2011), kebiasaan merokok sangat erat kaitannya dengan lama dan tingkat kebiasaan rokok. Semakin lama

dan semakin tinggi frekuensi merokok, semakin tinggi pula tingkat keluhan otot yang dirasakan.

Berdasarkan penelitian Ahmad Rifqi (2013) dengan nilai *p-value* 0,191 (*p-value* > 0,05) tidak terdapat hubungan antara jumlah batang rokok yang dikonsumsi dengan MSDs. Dan hal ini tidak sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Boshuizen (1993) menemukan hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan keluhan otot pinggang, khususnya untuk pekerjaan yang memerlukan pengerahan otot.

Berdasarkan hasil uji statistik yang dilakukan diperoleh nilai *p-value* 1,000 dimana (*p-value* > 0,05) artinya tidak ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan keluhan MSDs dikarenakan banyaknya

pekerja yang merokok masih dalam kategori perokok ringan dalam kesehariannya. Dalam kondisi yang memerlukan konsentrasi pada

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, penulis dapat menyimpulkan bahwa:

1. Ada hubungan yang signifikan antara tingkat risiko ergonomi dengan keluhan MSDs pada pekerja informal bengkel las
2. Ada hubungan yang signifikan antara usia dengan keluhan MSDs pada pekerja informal bengkel las
3. Tidak ada hubungan yang signifikan antara *indeks* masa tubuh dengan keluhan MSDs pada pekerja informal bengkel las

Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan pada pekerja informal bengkel las di Kelurahan Sawangan Baru dan Kelurahan Pasir Putih Kota Depok peneliti mengemukakan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Pemilik Bengkel las
Melakukan tindakan promotive kepada pekerja bengkel las, agar mengerti tentang tata cara kerja yang sehat dan aman. Sosialisasi dapat menggunakan media promosi berupa poster di area kerja tentang postur kerja yang baik dan benar sesuai dengan standar keselamatan kerja.
2. Bagi Pekerja
 - a. Mengurangi konsumsi rokok atau bahkan berhenti merokok dikarenakan rokok itu memiliki banyak racun yang berbahaya, dapat menyebabkan keluhan-keluhan MSDs dan dalam islam rokok itu haram, sebaiknya kita berhenti merokok.

saat mengelas dan menggerindra yang menyebabkan pekerja tidak bisa merokok sambil bekerja.

4. Tidak ada hubungan yang signifikan antara kesegaran jasmani dengan keluhan MSDs pada pekerja informal bengkel las
5. Tidak ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan keluhan MSDs pada pekerja informal bengkel las
6. Tidak ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan merokok dengan keluhan MSDs pada pekerja informal bengkel las

- b. Memperbaiki posisi tubuhnya saat bekerja dan segera memperbaiki sikap kerja jika sikap kerja tersebut dirasa dapat menimbulkan keluhan pada otot untuk mengurangi risiko ergonomi.
- c. Melakukan aktifitas fisik diluar waktu kerja seperti berolah raga untuk menghindari terjadinya MSDs dan mencegah terjadinya beberapa penyakit pada tubuh seperti penyakit jantung dan *osteoporosis*.

3. Bagi Institusi Pendidikan
Memperkaya literature ilmu kesehatan masyarakat khususnya tentang Kesehatan dan Keselamatan Kerja (K3). Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai acuan bagi mahasiswa Kesehatan Masyarakat yang sebagai bahan untuk mempelajari mengenai ergonomi kerja tingkat MSDs yang rendah dapat meningkatkan produktifitas kerja.
4. Bagi Peneliti Lain

- a. Untuk peneliti selanjutnya, sebaiknya dapat lebih objektif meneliti tentang MSDs yaitu secara diagnosis.
- b. Menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi penelitian selanjutnya yang berkaitan risiko ergonomi terhadap keluhan MSDs.
- c. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti variabel-variabel lain yang kemungkinan memiliki hubungan dengan MSDs yang tidak diteliti pada penelitian ini.

Daftar Pustaka

- [1] Akshintia, Pradita Yusi et al, 2017, Analisis RULA (RAPID UPPER LIMB ASSESSMENT) dalam menentukan perbaikan postur pekerja las listrik pada bengkel las listrik Nur untuk mengurangi risiko Musculoskeletal Disorders.
- [2] Choobineh, A., Sayed, H.T., dan Mahmoud, B. (2007). Musculoskeletal Problems Among Workers of an Iranian Sugar-Producing Factory, *International Journal of Occupational Safety and Ergonomics (JOSE)*.
- [3] Effendi, Fikri. 2007. Ergonomi Bagi Pekerja Sektor Informal. *Cermin Dunia Kedokteran* No. 154.
- [4] Hignett, Sue dan Lynn McAramney. 2000. REBA Employee Assessment Worksheet: Base On Technical Note: Rapid Entire Body Assessment (REBA). <http://personal.health.usf.edu/tbernard/HollowHills/REBA.pdf>.
- [5] Khaidir, M, et al (2017). Analisis Risiko Ergonomi Pada Karyawan Bengkel Utama Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders Di PT. Bukit Asam Tanjung Enim Tahun 2017.
- [6] Listyandini, R., Aisyah, N., Robby, P. A., & Kurniawan, D. 2018. Pemanfaatan Bank Sampah untuk Mengelola Limbah Rumah Tangga di Desa Ciharashas Kelurahan Mulyaharja Kota Bogor. *PROMOTOR*, 1(2), 116–123.
- [7] ILO. (2014). *Safety and Health at Work: A Vision for Sustainable Prevention*. http://www.ilo.org/WCMS_301214.html.
- [8] Prasetya, E. (2018). Pemberdayaan Masyarakat Tentang Kesehatan, Pendidikan dan Kreatifitas. *Abdi Dosen: Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat* 2 (1), 19-25.
- [9] Pheasant, Stephen. 1991. *Ergonomics, Work and Health*. Maryland AspenPublisher, Insc: Maryland, Gaithersburg.
- [10] Pratama S., Asnifatima A., Ginanjar R., 2019 , Faktor-Faktor Yang Berhubungan Terhadap Postur Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pengemudi Bus Pusaka Di Terminal Baranangsiang Kota Bogor Tahun 2018, *Promotor Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat* Vol.2, No.4
- [11] Rifqi Fuady. A. (2013). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Musculoskeletal Disorders (Msd) Pada Pengarajin Sepatu Di Perkampungan Industri Kecil (Pik) Penggilingan Kecamatan Cakung Tahun 2013
- [12] Rohman, Fajar Fatkhur. (2014). Hubungan Tingkat Kedisiplinan Pemakaian Kacamata Las dengan

- Penurunan Tajam Penglihatan pada Pekerja Pengelasan diKecamatan Slogohimo Kabupaten Wonogiri (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- [13] Septiani, A. 2017. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) Pada Pekerja Bagian Meat Preparation PT. Bumi Sarimas Indonesia Tahun 2017.
- [14] Tarwaka, 2004, Ergonomi untuk Keselamatan Kerja dan Produktivitas, Surakarta: Uniba.