

## Gambaran tingkat risiko postur ergonomi terhadap keluhan low back pain pada aktivitas manual handling pekerja di toko x Depok tahun 2015 = Description of ergonomic postures risk level to low back pain complaints of the workers manual handling activities in store x Depok 2015

Belmi Andra, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20412178&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Penelitian ini membahas mengenai gambaran tingkat risiko pada pekerja manual handling terhadap keluhan low back pain. Faktor risiko terdiri dari faktor ergonomi dan faktor individu. Tingkat faktor risiko ergonomi dinilai dengan metode Rapid Entire Body Assessment (REBA). Selain itu juga digunakan metode wawancara untuk melihat faktor individu dan gambaran keluhan subjektif nyeri pinggang. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan menggunakan pendekatan observasional.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nyeri yang di derita pekerja merupakan low back pain mekanik yang disebabkan oleh otot yang kelelahan karena beban kerja yang berlebihan. Oleh karena itu dibutuhkan perbaikan dan perubahan sistem kerja, seperti perubahan tempat kerja untuk menghindari postur janggal, penambahan jumlah pekerja, pengurangan jam kerja, membatasi beban maksimal yang dapat diangkat dan lain-lain. Perubahan dan Perbaikan sistem kerja tersebut diharapkan dapat mengurangi faktor risiko dan keluhan nyeri pinggang.

.....This study discusses about the risk level and low back pain at manual handling workers. Risk factors consist of ergonomic factors and individual factors. The risk level of ergonomic factors assessed by Rapid Entire Body Assessment (REBA) method. It is also used interview method to look at individual factors and overview of subjective complaints of low back pain. This is a descriptive study using observational approach.

The results showed that the pain suffered by workers is a mechanical low back pain caused by muscle fatigue due to excessive workload. Therefore, it needs changed and improvements work system, such as changes in the workplace to avoid awkward postures, increasing the number of workers, reduction in working hours, limiting the maximum load that can be lifted and etc. Changes and improvement of work system is expected to reduce the risk factors and back pain.