

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Gangguan muskuloskeletal yakni kondisi yang umum kita sering kita dengar atau dijumpai, Sistem muskuloskeletal tubuh yaitu sistem yang terdiri dari otot, jaringan ikat, saraf, tulang dan sendi. Setiap individu bekerja untuk memenuhi kebutuhannya, dengan adanya keluhan *Musculoskeletal disorders* hal ini dapat menghasilkan kinerja yang kurang baik, Setiap 15 detik satu pekerja meninggal karena kecelakaan kerja dan 160 pekerja sakit akibat kerja dan penyebab angka kematian dari kecelakaan dan penyakit akibat kerja (PAK), setiap tahunnya terdapat 2 juta kasus. Di Indonesia masalah kesehatan menunjukan sekitar 40,55% penyakit dialami para pekerja yang ada hubungannya dengan pekerjaan di antaranya *Musculoskeletal disorders* (MSDs) sebanyak 16% (Shobur *et al.*, 2019).

Pada negara industri sekitar 20% populasinya terlibat dalam jadwal kerja yang berbeda-beda. Berdasarkan *Canadian general social survei*, sebanyak 4,1 juta pekerja di Kanada adalah pekerja *shift*, Di mana jumlah tersebut mewakili 27% dari total tenaga kerja. Demikian pula pada bidang kesehatan, lebih dari 45% di antaranya pekerja *shift*. Dalam bidang kesehatan, Profesi perawat di rumah sakit merupakan salah satu profesi yang mempergunakan sistem *shift* dalam bekerja. Beberapa penelitian menyatakan adanya kaitan antara *shift* kerja dengan kualitas tidur yakni adanya kecenderungan pekerja *shift* untuk memiliki durasi tidur yang cukup, kesulitan untuk jatuh tertidur, serta perasaan yang tidak segar setelah bangun tidur (Agririsky and Adiputra, 2018).

Gangguan muskuloskeletal seperti nyeri bahu, nyeri punggung bawah adalah hal yang sering dijumpai setiap harinya dan mempunyai prevalensi tertinggi di seluruh dunia. Tenaga keperawatan yang paling berisiko terkena gangguan muskuloskeletal karena tugas yang memiliki berbagai aktivitas, jam kerja yang panjang, dan tidak mendapatkan waktu istirahat atau tidur, juga posisi kerja yang kurang ergonomi. Keluhan yang paling sering di rasakan oleh tenaga keperawatan

yaitu bahu, Prevalensi nyeri bahu lebih rendah dibandingkan nyeri punggung bawah. (Vania and Barus, 2020).

Perawat merupakan bagian terbesar dari tenaga kesehatan difasilitas pelayanan kesehatan. Pelayanan selama 24 jam diberikan kepada pasien mendampingi, memberi makan, memberi obat juga memenuhi kebutuhan pasien selama dirawat. Perawat memberikan pelayanan, hal ini menjadi komponen penting penilaian kualitas pelayanan rumah sakit oleh konsumen, pasien dan keluarga pasien. Ketika kita kerja di rumah sakit tentu tidak jauh dengan adanya kecelakaan kerja dan berbagai bahaya yang dapat terjadi. Tentu ini dapat berdampak negatif pada pekerjaannya. Bahaya yang terjadi pada para perawat dapat mengalami gangguan fisik, psikologis, serta sosial. Perawat merupakan salah satu tenaga kerja terbanyak di setiap rumah sakit dan paling lama berada di rumah sakit. Secara keseluruhan pasien yang dirawat mengalami gangguan fisik dan mental sehingga membutuhkan bantuan dari tenaga keperawatan di rumah sakit. Sebagian atau keseluruhan aktivitas pasien di bantu oleh tenaga keperawatan, mengangkat pasien, menggeser, dan melakukan gerakan-gerakan lainnya tentu hal ini dapat menimbulkan gangguan muskuloskeletal (Muin *et al.*, 2020).

Tenaga keperawatan juga dituntut oleh masyarakat agar memberikan pelayanan secara profesional saat ini pelayanan keperawatan yang diterapkan oleh rumah sakit belum ter standarisasi, tentu hal ini ada kaitannya dengan keterbatasan pada kualitas dan kuantitas sumber daya manusia dan kurangnya sistem pengelolaan pelayanan keperawatan. Sebagian perawat berdiri selama 6 jam dan membungkuk sekitar 10 kali /Jam dan menggerakkan posisi tubuh secara tidak teratur yang dapat memicu terjadinya nyeri muskuloskeletal (Wijaya, 2019). *Shift* kerja pada tenaga keperawatan akan menimbulkan kelelahan mental dan stres. *Shift* kerja dapat bersifat permanen atau berubah ubah tergantung dari manajemen rumah sakitnya. *Shift* kerja sangat berpengaruh dengan keselamatan dan kesehatan kerja yang berkaitan dengan irama sirkadian pekerja atau tenaga keperawatan *shift* malam. Karena bekerja di malam hari cepat mudah lelah karena pada malam hari adalah waktu untuk tidur sedangkan ketika kita *shift* waktu tidur dipakai bekerja. bekerja dengan hal ini sangat bertentangan bersama irama sirkadian tubuh. Dengan panjangnya waktu kerja makin besar pula kecenderungan hal-hal yang tidak

diinginkan dan dapat menimbulkan nyeri *Musculoskeletal disorders* (Pratama and Wijaya, 2019).

Untuk mencakupi kebutuhan hidup sehari-hari memaksa setiap individu untuk bekerja, Pada umumnya manusia bekerja pada siang hari dan beristirahat pada malam hari, Gangguan tidur adalah salah satu yang dapat mempengaruhi tingkat kesehatan di setiap individunya. Dengan kurangnya tidur tentu dapat mempengaruhi ke dalam pola hidup setiap individu. Kualitas tidur yang baik akan membuat metabolisme tubuh seimbang, Sebaliknya ketika kualitas tidur seseorang buruk maka akan mempengaruhi kondisi tubuhnya (Prabowo, Remawati and Wardana, 2020). Tidur merupakan kebutuhan biologis bagi manusia, Tidur adalah suatu proses aktif, Bukan hanya hilangnya keadaan terjaga, Ketika saat tertidur seluruh tingkat aktivitas tidak berkurang (Fenny, 2016).

Dengan adanya gangguan *musculoskeletal disorders* hal ini tentu bisa mengganggu jam tidur merasa tidak nyaman karena adanya nyeri di beberapa area seperti, leher, bahu, punggung, pergelangan tangan dan kaki, Sehingga tidak mendapatkan kualitas tidur yang baik. Kurangnya tidur dapat mengurangi konsentrasi pada saat melakukan aktivitas, terutama di tempat kerja, Dengan adanya penurunan konsentrasi tentu mempengaruhi pada kinerja setiap individu sehingga hasilnya kurang maksimal.

I.2 Rumusan Masalah:

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dirumuskan sebuah masalah apakah terdapat hubungan antara nyeri *Musculoskeletal Disorders* dengan kualitas tidur pada tenaga keperawatan rumah sakit X?

I.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui adanya hubungan antara nyeri *Musculoskeletal Disorders* dengan kualitas tidur pada tenaga keperawatan rumah sakit X.

I.3.1 Tujuan Umum

Tujuan Umum dari penelitian ini untuk menambah wawasan tentang hubungan antara nyeri *Musculoskeletal Disorders* dengan kualitas tidur pada tenaga keperawatan rumah sakit X.

I.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan Khusus dari penelitian ini adalah:

- a. Untuk mengetahui subjek penelitian
- b. Untuk mengetahui distribusi nyeri *Musculoskeletal Disorders*.
- c. Untuk mengetahui distribusi kualitas tidur.
- d. Untuk mengetahui hubungan antara nyeri *Musculoskeletal Disorders* dengan kualitas tidur pada tenaga keperawatan rumah sakit X.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Bagi Peneliti

Manfaat bagi peneliti untuk menyelesaikan program diploma tiga fisioterapi dan menambah wawasan serta mengambil kesimpulan tentang hubungan antara nyeri *musculoskeletal Disorders* dengan kualitas tidur pada tenaga keperawatan rumah sakit X.

I.4.2 Bagi Institusi

Manfaat bagi institusi adalah untuk mengembangkan ilmu pengetahuan tentang hubungan antara nyeri *musculoskeletal Disorders* dengan kualitas tidur pada tenaga keperawatan rumah sakit X.

I.4.3 Bagi Masyarakat

Memberikan informasi dan wawasan tentang hubungan antara nyeri *musculoskeletal Disorders* dengan kualitas tidur pada tenaga keperawatan rumah sakit X.