

ABSTRAK

Meski berdampak baik bagi efisiensi dan efektifitas kerja, penggunaan komputer pada pekerja kantor juga memiliki aspek yang dapat menimbulkan risiko ergonomi yaitu *musculoskeletal disorders* (MSDs). Menurut S.Chaikleng,2015 menyebutkan bahwa tingkat risiko pada pekerja kantor sangat tinggi yaitu sebesar 30,2%. Berdasarkan laporan penilaian ergonomi kerja *first aid clinic & K3 PT. Pelindo Marine Service* menggunakan metode ROSA menunjukkan bahwa seluruh responden termasuk kedalam kategori risiko sedang. Tujuan penelitian ini untuk menganalisis keluhan *musculoskeletal disorders* (MSDs) dan tingkat risiko ergonomi menggunakan metode ROSA (*Rapid Office Strain Assessment*) pada karyawan kantor pusat PT. Pelindo Marine Service.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan observasional dan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah karyawan kantor pusat PT. Pelindo Marine Service yang bekerja menggunakan komputer. Teknik pengumpulan sampel yang digunakan yaitu *stratified random sampling* yang menghasilkan sampel sebesar 56 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuisioner *Nordic Body Maps* (NBM), pengamatan langsung dan dokumentasi.

Hasil penelitian berdasarkan distribusi keluhan MSDs dan presentasinya pada 56 responden menunjukkan bahwa tingkat keluhan yang sering dialami pekerja terdapat pada 4 bagian tubuh yaitu sakit pada bahu kiri, sakit pada pantat, sakit pada lengan bawah kanan dan jari-jari tangan kanan. Selanjutnya dilakukan pengukuran tingkat risiko ergonomi menggunakan metode ROSA mendapatkan hasil 52 orang termasuk kedalam kategori tingkat risiko sedang dengan pengendalian perlu tindakan perbaikan dan penilaian lebih lanjut serta 4 orang termasuk dalam kategori tingkat risiko tinggi dengan pengendalian perlu tindakan perbaikan segera.

Kesimpulan gambaran keluhan subjektif dan tingkat risiko ergonomi pada responden perlu diperhatikan dan dilakukan tindakan perbaikan lebih lanjut. Saran yang dapat diberikan berupa perbaikan stasiun kerja dan postur kerja para karyawan serta sosialisasi mengenai *office ergonomic* untuk mengurangi tingkat risiko ergonomi menggunakan poster.

Kata Kunci : *Office Ergonomic*, NBM, ROSA