PROMOTOR : Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat
Universitas Ibn Khaldun Bogor, Indonesia
Vol. 6, No. 2, Desember 2022, pp. 263~266
ISSN: 2654-8127, DOI: 10.32832/pro
http://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/PROMOTOR

Hubungan Posisi Kerja Dengan Nyeri Punggung Bawah Pada Pengrajin Kerawang Di Desa Mongolato

Sulis Pramutia Rivai[1], Rona Febriyona [2], Andi Nur Aina Sudirman[3]
Fakultas Ilmu Kesehatan, Program Studi Keperawatan
Universitas Muhammadiyah Gorontalo

Article Info

Article history:

Received month dd, yyyy
Revised month dd, yyyy
Accepted month dd, yyyy

Kata Kunci:

Posisi Kerja
Pengrajin Kerawang
Nyeri Punggung Bawah

ABSTRAK

Posisi kerja merupakan posisi tubuh seseorang dalam melakukan pekerjaan, jika posisi kerja yang dilakukan oleh pengrajin tidak sesuai dapat menyebabkan keluhan seperti nyeri punggung bawah. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan posisi kerja dengan nyeri punggung bawah pada pengrajin kerawang di Desa Mongolato. Jenis penelitian menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain cross sectional, populasi 84 responden di Desa Mongolato, sampel penelitian 45 responden, yang ditentukan dengan teknik purposive sampling, uji statistik yang digunakan adalah Chi-Square, instrumen penelitian yaitu kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan posisi kerja para pengrajin dapat memicu terjadinya nyeri punggung bawah dan diperoleh nilai p-value= 0,009<0,05. Berdasarkan hasil analisis pada 45 responden diketahui pengrajin yang memiliki posisi kerja risiko rendah mengalami nyeri punggung bawah 6 responden, dimana 5 responden nyeri punggung bawah ringan, dan 1 responden nyeri punggung bawah sedang. Posisi kerja risiko sedang mengalami nyeri punggung bawah 32 responden, dimana 14 responden nyeri punggung bawah ringan, dan 18 responden nyeri punggung bawah sedang. Posisi kerja risiko tinggi mengalami nyeri punggung bawah 7 responden, dimana 6 responden dengan nyeri punggung bawah sedang, dan 1 responden dengan nyeri punggung bawah tinggi. Kesimpulan penelitian yaitu terdapat hubungan posisi kerja dengan nyeri punggung bawah pada pengrajin kerawang. Saran dari penelitian ini adalah pengrajin kerawang sebaiknya memperhatikan posisi kerja yang baik dan benar dengan melakukan peregangan otot.

This is an open access article under the CC BY-SA license.

Corresponding Author:
Sulis, Rona, Andi Nur Aina
Universitas Muhammadiyah Gorontalo
Email : sulispramutiarivai14@gmail.com

PENDAHULUAN

Pengrajin kerawang merupakan seseorang yang membuat karya seni atau produk buatan tangan dengan cara menyulam kain. Kerajinan kerawang merupakan salah satu karya khas daerah gorontalo yang telah diwariskan dari tahun 1600-an, yang dimana mempunyai istilah "karawo" yang berasal dari bahasa gorontalo "mokarawo" yang mempunyai arti memotong atau membuat lubang.

Pengrajin kerawang dapat memicu terjadinya nyeri punggung bawah dikarenakan timbulnya dampak dari posisi kerja yang salah. Nyeri yang dirasakan pengrajin kerawang dikarenakan aktivitas kerja yang tidak melibatkan rileksasi dan istirihat seperti peregangan otot. Sehingga ditinjau dari cara kerja yang dilakukan oleh pengrajin kerawang menciptakan adanya nyeri punggung bawah.

Menurut (Atika R, 2021), nyeri punggung bawah merupakan gangguan muskuloskeletal akibat dari posisi kerja yang salah. Bisa disertai dengan nyeri kaki atau mati rasa tetapi tidak termasuk rasa sakit yang terkait dengan menstruasi dan kehamilan. Nyeri punggung bawah merupakan penyebab utama kecacatan yang mempengaruhi pekerjaan dan kesejahteraan umum. Keluhan nyeri punggung bawah dapat terjadi pada setiap orang, baik jenis kelamin, usia, dan profesi.

Menurut data WHO *(World Health Organization),* sebanyak 1,71 miliar orang diseluruh dunia menderita gangguan musculoskeletal, nyeri punggung bawah merupakan penyebab utama kecacatan di 160 negara dan membutuhkan layanan rehabilitasi di 134 dari 204 negara yang dianalisis. Nyeri punggung bawah menjadi beban penyakit tertinggi secara global sebanyak 568 juta orang dan 64 juta. Berdasarkan data dari *National Health Interview Survey* (NHIS) tahun 2019, prevalensi nyeri punggung bawah pada usia dewasa madya (30-60 tahun) diJakarta dan sekitarnya pada tahun 2020 sebesar 50,4% (Rahmawaty & Kurniawidjaja, 2022).

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (2018), prevalensi penyakit muskuloskeletal di Indonesia yang pernah di diagnosis oleh tenaga kesehatan yaitu 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala yaitu 24,7%. Jumlah penderita nyeri punggung bawah di Indonesia tidak diketahui pasti, namun diperkirakan antara 7,6% sampai 37% (Novisca et al, 2021).

Penyakit nyeri punggung bawah di dunia setiap tahunnya sangat bervariasi dengan angka mencapai 15-45%. Di Inggris sekitar 17,3 juta orang pernah menderita nyeri punggung dan dari jumlah tersebut sekitar 1,1 juta orang menjadi lumpuh yang diakibatkan dari nyeri punggung tersebut. 26% orang dewasa Amerika di laporkan mengalami nyeri punggung bawah setidaknya I hari dalam durasi 3 bulan (Novisca et al, 2021).

Pada tahun 2020, nyeri punggung bawah mempengaruhi 619 juta (95% interval ketidakpastian 554-694) orang secara global, dengan proyeksi 843 juta (759-933) kasus umum yang akan terjadi pada tahun 2050. Sehingga nyeri punggung bawah tetap menjadi penyebab utama YLD *(Years Live with Disability)* secara global. Sehingga pada tahun 2020, terdapat lebih dari setengah miliar kasus umum nyeri punggung bawah di seluruh dunia. Diproyeksikan bahwa secara global pada tahun 2050, terdapat data proyeksi lebih dari 800 juta orang yang akan mengalami nyeri punggung bawah (Melinda, 2023).

Sebesar 60-80% individu pernah mengalami nyeri pinggang bawah seumur hidupnya. Prevelensi nyeri punggung bawah diperkirakan sebesar 49-90% dan sekitar 25% pasien yang datang untuk berobat dengan nyeri punggung bawah akan memiliki episode lain nyeri punggung bawah dalam 1 tahun. Prevalensi dan insiden nyeri pinggang bawah dari penelitian yang dilakukan oleh Fatoye et al adalah 1,4 -20% dan 0,024-7,0%, dan lebih banyak mengenai populasi laki- laki dibandingkan perempuan (Helfgott, 2021).

Posisi kerja yang buruk dengan posisi duduk membungkuk dapat memicu terjadinya nyeri punggung bawah. Walaupun tidak secara langsung menyebabkan kerusakan pada bagian musculoskeletal. Bekerja dengan posisi duduk mempunyai keuntungan antara lain pembebanan pada kaki, pemakaian energy dan keperluan untuk sirkulasi darah dapat dikurangi. Namun demikian kerja dengan posisi duduk terlalu lama dapat menyebabkan otot perut melembek dan tulang belakang akan melengkung sehingga cepat lelah (Aeni, 2019).

Menurut (Sunuh, 2021), Posisi kerja merupakan titik penentu dalam melakukan pekerjaan, jika pekerja melakukan posisi kerja yang salah akan menyebabkan kelelahan otot pada pekerja. Jika kemampuan pergerakan otot yang menetap sebesar 15-20 dapat mengakibatkan kelelahan dan rasa sakit apabila beban kerjanya setiap hari berlangsung lama.

Posisi kerja yang baik untuk dilakukan para pekerja agar terhindar dari nyeri pada bagian punggung bawah yaitu melakukan pekerjaan dengan posisi duduk tegak dengan punggung lurus dan bahu kebelakang, pekerja disarankan selalu melakukan peragangan otot dalam beberapa saat untuk mengembalikan kesegaran tubuh agar pekerja tidak mengalami keluhan pada daerah punggung bawah dan dapat berkonsentrasi dalam melakukan pekerjaan (Gusti, 2022).

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif, dengan desain penelitian yang digunakan adalah pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 45 responden, dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling.* Variabel penelitian ini yaitu variabel independen yaitu posisi kerja dan variabel dependen yaitu nyeri punggung bawah. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dengan uji statistik yaitu *chi-square.* Tempat penelitian dilakukan di Desa Mongolato. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2023.

HASIL

Analisis Univariat

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 45 responden diketahui bahwa posisi kerja dengan risiko rendah dengan jumlah 6 responden (13,3%), risiko sedang dengan jumlah 32 responden (71,1%), dan risiko tinggi dengan jumlah responden 7 (15,6%). Sehingga dapat dilihat bahwa posisi kerja yang tertinggi terdapat pada risiko sedang dengan jumlah 32 responden (71,1%).

Analisis Bivariat

Table 1. Analisis Bivariat

Posisi Kerja	Nyeri Punggung Bawah								*P–Value*
	Ringan		Sedang		Tinggi		Total		
	N	%	N	%	N	%	N	%	
Risiko Rendah	5	11,1%	1	2,2%	0	0	6	13,3%	0,009
Risiko Sedang	14	31,1%	18	40,0%	0	0	32	71,1%	
Risiko Tinggi	0	0%	6	13,3%	1	2,2%	7	15,6%	
Jumlah	**19**	**42,2 %**	**25**	**55,6 %**	**1**	**2,2%**	**45**	**100%**	

Sumber : Data Primer 2023

Berdasarkan tabel 1, didapatkan hasil analisis dari 45 responden, yang memiliki posisi kerja berisiko rendah serta mengalami nyeri punggung bawah sebanyak 6 responden (13,3%) yang dimana 5 responden (11,1%) dengan nyeri punggung bawah ringan, dan 1 responden (2,2%) dengan nyeri punggung bawah sedang. Pengrajin dengan posisi kerja berisiko sedang yang mengalami nyeri punggung bawah sebanyak 32 responden (71,1%), dimana 14 responden (31,1%) dengan nyeri punggung bawah ringan, dan 18 responden (40,0%) dengan nyeri punggung bawah sedang. Pengrajin dengan posisi kerja berisiko tinggi yang mengalami nyeri punggung bawah sebanyak 7 responden (15,6%), yang dimana 6 responden (13,3%) dengan nyeri punggung bawah sedang, dan 1 responden (2,2%) dengan nyeri punggung bawah tinggi.

Berdasarkan hasil analisis uji *chi-square* yang diolah menggunakan spss, didapatkan nilai *p value* = 0.009 < 0,05 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara posisi kerja dengan nyeri punggung bawah pada pengrajin kerawang di Desa Mongolato.

PEMBAHASAN

Hubungan Posisi kerja Pada Pengrajin Kerawang Dengan Nyeri Punggung Bawah Di Desa Mongolato

Berdasarkan hasil analisis bivariat pada 45 responden, diketahui responden yang memiliki posisi kerja berisiko rendah serta mengalami nyeri punggung bawah sebanyak 6 responden (13,3%) yang dimana 5 responden (11,1%) dengan nyeri punggung bawah ringan, dan 1 responden (2,2%) dengan nyeri punggung bawah sedang. Pengrajin dengan posisi kerja berisiko sedang yang mengalami nyeri punggung bawah sebanyak 32 responden (71,1%), dimana 14 responden (31,1%) dengan nyeri punggung bawah ringan, dan 18 responden (40,0%) dengan nyeri punggung bawah sedang. Pengrajin dengan posisi kerja berisiko tinggi yang mengalami nyeri punggung bawah sebanyak 7 responden (15,6%), yang dimana 6 responden (13,3%) dengan nyeri punggung bawah sedang, dan 1 responden (2,2%) dengan nyeri punggung bawah tinggi.

Hubungan posisi kerja dengan nyeri punggung bawah berdasarkan uji chi-square diperoleh nilai p-value = 0.009 < 0,05 yang artinya ada hubungan posisi kerja dengan nyeri punggung bawah pada pengrajin kerawang di Desa Mongolato.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan pengrajin yang memiliki posisi kerja berisiko rendah serta mengalami nyeri punggung bawah sebanyak 6 responden (13,3%), yang dimana 5 responden (11,1%) dengan nyeri punggung bawah ringan dikarenakan rata-rata responden tidak pernah mengalami trauma akibat kecelakaan atau penyakit bawaan dari lahir yang mengakibatkan nyeri pada daerah punggung bawah, kemudian responden tidak pernah memeriksakan diri ataupun mengkonsumsi obat-obatan untuk menghilangkan rasa nyeri. Selanjutnya 1 responden (2,2%) dengan nyeri punggung bawah sedang dikarenakan rata-rata responden selalu merasakan nyeri pada saat duduk dan mengalami gejala seperti panas pada daerah punggung bagian bawah, nyeri yang dirasakan seperti tertusuk-tusuk, kesemutan, dan mati rasa sampai merasakan kaku hingga ketungkai kaki. Berdasarkan hasil analisis didapatkan 1 responden dengan nyeri punggung bawah sedang karena didapatkan dari faktor posisi kerja responden ini selalu melakukan posisi kerja yang salah, sedangkan 5 responden dengan nyeri punggung bawah ringan karena dalam kelompok ini didapatkan responden selalu

meminimalisir serta menjaga pekerjaan dengan posisi yang baik dan benar agar terhindar dari keluhan nyeri punggung bawah.

Berdasarkan hasil penelitian dengan posisi kerja berisiko sedang yang mengalami nyeri punggung bawah sebanyak 32 responden (71,1%), dimana 14 responden (31,1%) dengan nyeri punggung bawah ringan, hal ini disebabkan rata-rata responden selalu bahkan sering kali menjaga posisi kerja atau merubah posisi kerja, dan responden ini selalu melakukan rileksasi dan peregangan otot sehingga tidak memicu timbulnya nyeri pada punggung bawah, dan 18 responden (40,0%) dengan nyeri punggung bawah sedang ini didapatkan bahwa responden selalu menggunakan posisi kerja yang salah sehingga pada daerah punggung bawah responden selalu merasakan panas bahkan sampai merasakan kesemutan, kaku, dan mati rasa. Timbulnya keluhan tersebut dikarenakan responden ini selalu bekerja dengan posisi duduk tanpa sandaran dengan membungkuk yang lama dan tidak pernah merubah posisi.

Selanjutnya posisi kerja berisiko tinggi yang mengalami nyeri punggung bawah sebanyak 7 responden (15,6%), yang dimana 6 responden (13,3%) dengan nyeri punggung bawah sedang dikarenakan rata-rata responden tersebut tidak pernah merasakan nyeri punggung bawah sebelum melakukan aktifitas pekerjaan, sedangkan 1 responden (2,2%) dengan nyeri punggung bawah tinggi dikarenakan responden tersebut mengalami semua gejala pada bagian punggung bawah, dimana responden selalu merasakan merasakan nyeri ketika duduk, seperti panas, tertusuk-tusuk, kaku, kesemutan, mati rasa, bahkan pada saat beristirahat punggung masih terasa sakit, sampai sulit untuk membungkukan badan, memutar badan ke kiri dan ke kanan.

Hal ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan (Singki, 2020), pada 80 petugas pengangkut sampah di Kota Medan yang menunjukkan adanya hubungan signifikan posisi kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada petugas pengangkut sampah dengan p-value yaitu 0,038 yang berarti <0,05. Sehingga petugas pengangkut sampah harus melakukan tindakan perubahan secepatnya agar keluhan pada bagian punggung bawah tidak semakin parah.

Posisi kerja yang baik untuk dilakukan para pekerja agar terhindar dari nyeri pada bagian punggung bawah yaitu melakukan pekerjaan dengan posisi duduk tegak dengan punggung lurus dan bahu kebelakang, pekerja disarankan selalu melakukan peragangan otot dalam beberapa saat untuk mengembalikan kesegaran tubuh agar pekerja tidak mengalami keluhan pada daerah punggung bawah dan dapat berkonsentrasi dalam melakukan pekerjaan (Gusti, 2022).

Nyeri punggung bawah merupakan masalah kesehatan yang menyebabkan pembatasan aktivitas dan juga ketidakhadiran kerja. Nyeri punggung bawah memang tidak secara langsung menyebabkan kematian pada seorang pekerja, tetapi menyebabkan seseorang yang mengalaminya menjadi tidak produktif sehingga akan menyebabkan beban ekonomi (Riski, 2022).

Nyeri punggung bawah dapat dicegah dengan melakukan posisi kerja yang baik dan benar dengan melakukan posisi duduk tegak lebih baik bila ada sandaran, kepala tidak condong kedepan. Pekerja sebaiknya mengubah posisi kerja dan beristirahat serta melakukan peregangan setelah beberapa saat untuk mengurangi ketegangan otot pada pekerja (Latifah et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti mendapatkan hasil pengamatan adanya beberapa keluhan yang dirasakan pengrajin kerawang pada saat melakukan pekerjaan, seperti adanya nyeri pada bagian punggung, rasa panas di bagian belakang, kaku dan kesemutan. Hal ini dikarenakan pada umumnya pengrajin melakukan pekerjaan dengan posisi kerja yang salah. Sehingga dari hasil penelitian diatas dapat dilihat bahwa hampir semua pengrajin memiliki risiko mengalami nyeri punggung bawah. Hal ini diketahui kurangnya pengetahuan pengrajin kerawang tentang kesehatan dan keselamatan kerja yang dimana menjadi salah satu faktor timbulnya cidera. Diketahui pengrajin kerawang melakukan posisi kerja yang berbeda-beda seperti, posisi duduk yang lama, membungkukkan badan, duduk tanpa sandaran, serta duduk tegak lurus yang berangsur lama. Namun tidak semua pengrajin melakukan posisi kerja yang salah saat bekerja, ada sebagian kecil pengrajin yang melakukan posisi kerja yang benar dimana pengrajin sering kali melakukan peregangan sehingga otot-otot tidak terjadi kekakuan atau mengalami kelelahan.

KESIMPULAN

1. Diketahui bahwa posisi kerja dengan risiko rendah dengan jumlah 6 responden (13,3%), risiko sedang dengan jumlah 32 responden (71,1%), dan risiko tinggi dengan jumlah responden 7 (15,6%). Sehingga dapat dilihat bahwa posisi kerja yang tertinggi terdapat pada risiko sedang dengan jumlah 32 responden (71,1%).
2. Diketahui bahwa nyeri punggung bawah yaitu ringan dengan jumlah 19 responden (42,2%), sedang dengan jumlah 25 responden (55,6%), dan tinggi dengan jumlah responden 1 (2,2%). Sehingga dapat dilihat bahwa posisi kerja yang tertinggi yaitu sedang dengan jumlah 25 responden (55,6%).
3. Terdapat hubungan posisi kerja dengan nyeri punggung bawah berdasarkan uji chi-square diperoleh nilai p value = 0.009 < 0,05 yang artinya ada hubungan posisi kerja dengan nyeri punggung bawah.

DAFTAR PUSTAKA

1. Aeni. (2019). Penyuluhan Posisi Kerja Duduk Dalam Mengurangi Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pengrajin Batik Tulis. *Jurnal Pengabdian Harapan Ibu (JPHI)*, *1*(2), 46. https://doi.org/10.30644/jphi.v1i2.191
2. Atika R. (2021). Risk Factor of Low Back Pain. *Jurnal Medika Hutama*, *3*(1), 402–406.
3. Gusti, S. A. (2022). *S A Gusti faktor faktor berhubungan dg LBP*.
4. Helfgott, S. (2021). Low back pain. *Decision Making in Medicine: An Algorithmic Approach: Third Edition*, 524–525. https://doi.org/10.21776/ub.jphv.2021.002.01.4
5. Latifah, M., Citrawati, M., & Yusmaini, H. (2022). Hubungan Posisi Duduk dan Lama Duduk dengan Low Back Pain pada Pekerja Sektor Industri : Tinjauan Sistematis. *Seminar Nasional Riset Kedokteran*, 17–29.
6. Melinda. (2023). *Articles Global , regional , and national burden of low back pain , 1990 – 2020 , its attributable risk factors , and projections to 2050 : a systematic analysis of the Global Burden of Disease Study 2021*. *5*(June). https://doi.org/10.1016/S2665-9913(23)00098-X
7. Novisca et al, 2021. (2021). Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan. *Indonesia Journal of Public Health and Community Medicine*, *2*(1), 21–26.
8. Rahmawaty, S., & Kurniawidjaja, L. M. (2022). Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Perkantoran: A Systematic Review. *Ghidza: Jurnal Gizi Dan Kesehatan*, *6*(2), 239–245. https://doi.org/10.22487/ghidza.v6i2.581
9. Riski, F. yang mempengaruhi kejadian nyeri punggung bawah pada pasien ashuma therapi. (2022). *Riski Wahyu Ningsih*. 75–84.
10. Singki, 2020. (2020). *SKRIPSI OLEH : SINGKI NADIA SINAGA Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyrakat (S . K . M)*.
11. Sunuh, H. S. (2021). *Posisi Kerja dan Kelelahan pada Pekerja Rotan di CV . Fajar Baru Kecamatan Palu Utara*. *1*.