BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Prevalensi LBP yang tinggi membuat diperlukannya penanganan terhadap nyeri pada punggung bawah. Apabila nyeri punggung bawah ini dibiarkan terus menerus maka dapat mengakibatkan keterbatasan gerak. Allah berfirman : ” Dan carilah pada apa yang telah dianugerahkan Allah kepadamu (kebahagiaan) negeri akhirat, dan janganlah kamu melupakan bahagiamu dari (kenikmatan) dunia” (QS. Al Qashshash: 77). Ayat ini melarang umat islam mengabaikan kehidupan dunia yang dikaruniakan-Nya meskipun kehidupan akhirat tetap merupakan tujuan yang utama. Pencapaian hidup yang sehat adalah karunia Allah di dunia ini yang harus kita syukuri.

Pada era globalisasi ini peranan manusia sebagai sumber tenaga kerja masih dominan dalam menjalankan kegiatan yang bersifat manual. Aktivitas manusia seperti ini dapat menyebabkan masalah ergonomi yang sering dijumpai di tempat kerja khususnya yang berhubungan dengan kekuatan dan ketahanan manusia dalam melakukan pekerjaannya. Keluhan yang sering timbul pada pekerja industri adalah nyeri punggung, nyeri leher, serta nyeri pada pergelangan tangan, siku dan kaki. Ada 4 faktor yang dapat meningkatkan timbulnya keluhan ini, yaitu postur yang tidak alamiah, tenaga yang berlebihan, pengulangan berkali-kali, dan lamanya waktu kerja. Parah ataupun tidak keluhan ini, tetap saja dapat menggangu konsentrasi dalam bekerja, serta menimbulkan kelelahan dan pada akhirnya akan menurunkan produktivitas (Ningsih et al., 2016)

Menurut Suma’mur (1985) penyakit akibat kerja adalah setiap penyakit yang disebabkan oleh pekerjaan atau lingkungan kerja.

Penyakit ini artefisial oleh karena timbulnya di sebabkan oleh adanya pekerjaan. Kepadanya sering diberikan nama penyakit buatan manusia (*Manmade disease)*.

Terdapat tiga istilah yang digunakan untuk mendefinisikan penyakit akibat kerja yaitu penyakit yang timbul karena hubungan kerja, penyakit yang disebabkan karena pekerjaan atau lingkungan kerja, dan penyakit akibat kerja. Ketiga istilah tersebut mempunyai pengertian yang sama dan masing-masing memiliki dasar hukum dan perundang-undangan yang menjadi landasannya. Penyakit akibat kerja yaitu penyakit yang penyebabnya adalah pekerjaan dan atau lingkungan kerja (Suma'mur, 2009). Pencegahan terhadap penyakit akibat kerja seawal mungkin adalah kebijakan paling utama. Sebagaimana pencegahan terhadap kecelakaan kerja, maka pencegahan penyakit akibat kerja diperlukan peraturan perundang-undangan, standarisasi, pengawasan, penelitian, pendidikan, pelatihan, penyuluhan, dan semua sektor kehidupan. Pencegahan mempunyai 2 (dua) aspek yaitu administratif dan teknis yaitu penerapan secara nyata dilapangan pada tenaga kerja, pekerjaan dan lingkungan kerja. Secara teknis aktivitas pencegahan adalah pengenalan risiko bahaya pekerjaan dan lingkungan kerja terhadap kesehatan beserta pengukuran, evaluasi, dan upaya pengendaliannya, pemeriksaan kesehatan sebelum kerja, pra penempatan, berkala dan khusus; subsitusi bahan dengan yang kurang pengaruh negatifnya kepada tenaga kerja; isolasi operasi atau proses produksi yang berbahaya; dan pemakaian alat proteksi diri (Suma'mur, 2009).

Menurut Suma'mur (2009), agar seseorang tenaga kerja berada dalam keserasian sebaik-baiknya, yang berarti bahwa yang bersangkutan dapat terjamin keadaan kesehatan dan produktivitas kerjanya secara optimal, maka perlu ada keseimbangan yang

positif-konstruktif antara unsur-unsur beban kerja, lingkungan kerja dan kapasitas kerja.

Kelelahan (kelesuan) adalah perasaan subjektif, tetapi berbeda dengan kelemahan dan memiliki sifat terhadap. Tidak seperti kelemahan, kelelahan dapat diatasi dengan periode istirahat. Kelelahan dapat disebabkan secara fisik atau mental (Kuswana, 2014).

Kelelahan fisik atau kelelahan otot adalah ketidakmampuan fisik sementara otot untuk tampil maksimal. Permulaan kelelahan otot selama aktivitas fisik secara bertahap, dan bergantung pada tingkat kebugaran fisik individu dan juga pada faktor-faktor lain, seperti kurang tidur dan kesehatan secara keseluruhan. Hal ini dapat diperbarui dengan istirahat. Sedangkan kelelahan mental adalah ketidakmampuan sementara untuk mempertahankan kinerja kognitif yang optimal.

Low Back Pain (LBP) atau Nyeri Punggung Bawah (NPB) adalah nyeri di daerah punggung antara sudut bawah kosta (tulang rusuk) sampai *lumbosacral* (sekitar tulang ekor). *Low Back Pain* (LBP) merupakan kelainan tulang otot yang banyak dijumpai dan menjadi penyebab kedua seseorang mencari pertolongan dokter maupun fisioterapis. *Low Back Pain* (LBP) merupakan gejala utama yang dilaporkan kepada praktisi kesehatan berkaitan dengan menurunnya produktivitas kerja. (Zulkaidah, 2011) dalam (Bilondatu, 2018).

Menurut Anderson (2007) dalam (Ningsih et al., 2016) dari beberapa laporan dan hasil penelitian yang pernah dilakukan menyebutkan bahwa penyakit akibat kerja khususnya *Low Back Pain* (LBP) yang disebut juga nyeri punggung bawah (NPB) merupakan penyakit yang paling banyak dialami pekerja, dimana kejadian ini

tidak mengenal perbedaan umur, jenis kelamin, pekerjaan, status sosial, maupun tingkat pendidikan/pengetahuan, semua dapat terkena.

World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa 2%-5% dari karyawan di negara industri tiap tahun mengalami *Low Back Pain* (LBP), dan 15% dari absenteisme di industri baja serta industri perdagangan disebabkan karena NPB. Data statistik Amerika Serikat memperlihatkan angka kejadian sebesar 15%-20% per tahun. Sebanyak 90% kasus nyeri punggung bukan disebabkan oleh kelainan organik, melainkan oleh kesalahan posisi tubuh dalam bekerja. (Budiono, 2003) dalam (Bilondatu, 2018)

International Labour Organization (ILO) tahun 2013, satu pekerja di dunia meninggal setiap 15 detik karena kecelakaan kerja, 160 pekerja mengalami sakit akibat kerja (Kementrian Kesehatan Republik Indonesia,2014). Satu survei telah melaporkan bahwa 17,3 juta orang Inggris pernah mengalami *low back pain.* Sementara itu sekitar 26% orang dewasa Amerika dilaporkan mengalami *Low Back Pain* (LBP) setidaknya satu hari dalam durasi tiga bulan (NISMAT dan Bull dalam Nurbaya, 2014). Prevalensi penyakit musculoskeletal diIndonesia pernah didiagnosis oleh tenaga kesehatan yaitu 11,9 persen dan berdasarkan diagnosis atau gejala yaitu 24,7 persen. (Riskesdas, 2013) dalam (Hardi, 2019)

Di Indonesia, penelitian yang dilakukan oleh PERDOSSI (persatuan dokter saraf seluruh Indonesia) yang dilakukan pada 14 kota di Indonesia pada tahun 2002 menemukan adanya 18,1% pengidap nyeri punggung bawah. Nyeri ini pada akhirnya akan

berkaitan dengan kondisi depresi, sehingga dapat mengganggu kualitas hidup dan menurunkan level aktivitas pekerja. (Riza, 2016) dalam (Bilondatu, 2018)

Menurut (Tarwaka, 2010) dalam (Saputra, 2020), faktor-faktor risiko terjadinya *Low Back Pain* (LBP) yaitu berupa faktor individu (jenis kelamin, usia, Indeks Massa Tubuh (IMT), riwayat pendidikan, kebiasaan merokok, aktifitas kerja, dan riwayat trauma), faktor pekerjaan (sikap kerja, masa kerja, lama kerja, beban kerja, repetisi, dan *manual material handling*), dan faktor lingkungan (stres kerja, kepuasan kerja, ergonomi, faktor mental, dan psikologi). Usia merupakan jumlah tahun yang dihitung mulai dari responden lahir sampai saat pengambilan data. Biasanya seseorang akan mulai merasakan keluhan *Low Back Pain* (LBP) pada usia 25-65 tahun atau usia produktif kerja. Munculnya keluhan *Low Back Pain* (LBP) biasanya mulai terjadi pada usia 35 tahun, dan semakin bertambah usia maka tingat keluhannya pun akan semakin meningkat. Kekuatan dan ketahanan otot mulai menurun sehingga risiko terjadinya keluhan dan nyeri otot meningkat. Kekuatan otot akan menurun ketika berada di usia 60 tahun.

Dampak *Low Back Pain* (LBP) posisi duduk yang tidak alamiah atau tidak ergonomis akan menimbulkan kontraksi otot secara isometris (melawan tahanan) pada otot-otot utama yang terlibat dalam pekerjaan. Akibatnya beban kerja bertumpu di daerah pinggang dan menyebabkan otot pinggang sebagai penahan beban utama akan mudah mengalami kelelahan dan selanjutnya akan terjadi nyeri pada otot sekitar pinggang atau punggung bawah (Risyanto, 2008). *Low Back Pain* (LBP) pada umumnya tidak hanya mengakibatkan kecacatan, namun pada pekerja dapat menurunkan tingkat produktivitas kerja, menurunkan performa kerja, serta

kualitas kerja, konsentrasi kerja dan juga secara tidak langsung meningkatkan resiko terjadinya kecelakaan. (Gusetoiu, 2011) dalam (*Low Back Pain*, n.d.)

Masa kerja adalah suatu kurun waktu atau lamanya tenaga kerja bekerja di suatu tempat mulai dari awal bekerja hingga penelitian dilakukan. Masa kerja dapat memberikan pengaruh positif maupun pengaruh negatif kepada tenaga kerja terhadap kinerjanya. Pengaruh positif akan terjadi pada kinerja seseorang karena semakin bertambahnya pengalaman dalam bekerja. Namun akan memberi pengaruh negatif karena bertambahnya masa kerja yang kemudian akan muncul kebiasaan gerakan kerja yang monoton dan akhirnya mempengaruhi masalah keluhan otot. (Verawati, 2016) dalam (Saputra, 2020)

Menurut Sunarto (2005) dalam (Saputra, 2020), menyebutkan bahwa seorang pekerja yang masa kerjanya kurang dari 5 tahun memiliki risiko terjadi *Low Back Pain* (LBP) yang lebih rendah dibandingkan dengan pekerja yang bekerja lebih dari 5 tahun, yang akan memiliki risiko *Low Back Pain* (LBP) yang lebih tinggi. Seseorang yang memiliki masa kerja lebih lama maka ia terkena paparan faktor risiko *Low Back Pain* (LBP) lebih sering atau lebih banyak. Apabila seseorang bekerja dengan terkena paparan *Low Back Pain* (LBP) maka semakin lama, rongga diskusnya akan menjadi semakin sempit dan dapat bersifat permanen. Hal ini akan menyebabkan degenarasi tulang belakang. Degenerasi tulang tersebut tentunya juga diikuti dengan seiring bertambahnya usia.

Waktu kerja bagi seseorang menentukan kesehatan yang bersangkutan, efisiensi, efektivitas, dan produktivitas kerjanya. Memperpanjang waktu kerja lebih dari kemampuan lama kerja tersebut biasanya tidak disertai efisiensi, efektivitas dan

produktivitas kerja yang optimal, bahkan biasanya terlihat penurunan kualitas dan hasil kerja serta bekerja dengan waktu berkepanjangan timbul kecenderungan untuk terjadinya kelelahan, gangguan kesehatan, penyakit dan kecelakaan serta ketidakpuasan. (Suma'mur,2009) dalam (Bilondatu, 2018)

Seseorang bekerja secara baik pada umumnya 6-8 jam dan sisanya untuk beristirahat atau berkumpul dengan keluarga. Bekerja secara lembur (di luar normal) dapat menyebabkan menurunnya tingkat efisiensi kerja, timbulnya kelelahan, penyakit dan dapat terjadi kecelakaan. Penelitian telah menunjukkan bahwa pengurangan jam kerja 8 ¾ jam menjadi 8 jam, dapat meningkatkan efisiensi kerja dan meningkatnya hasil produktivitas 3%-10 %. (Suma'mur, 1996) dalam (Bilondatu, 2018)

Andini (2015) dalam (*Low Back Pain*, n.d.), menyatakan bahwa sebuah penelitian memaparkan 11% tenaga kerja dengan *Low Back Pain* (LBP) mengalami gangguan aktivitas kerja hingga 4 minggu. Lebih dari 50 persen penderita membaik dalam waktu satu minggu, dan lima persen penderita mengalami gangguan aktivitas hingga lebih dari enam bulan.

Penatalaksanaan *Low Back Pain* (LBP) ada dua yaitu terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Terapi farmakologis: pemberian analgesik. Terapi non farmakologis ada: Stimulasi kutaneus, tehnik relaksasi, tehnik massase/pijatan, distraksi ,kompres dingin, terapi kompres air hangat. (Perry, 2009) dalam (*Low Back Pain*, n.d.)

Dari hasil survei pendahuluan yang saya lakukan di bengkel kecamatan marpoyan damai kota pekanbaru. Terdapat pekerja yang mengalami *Low Back Pain* (LBP) sebanyak 5 orang. Data awal didapatkan 5 orang yang mengalami *low back pain* dari 27 orang

responden tersebut dan 22 orang responden tidak mengalami *Low Back Pain* (LBP).

Berdasarkan survei data awal di atas *Low Back Pain* (LBP) bisa dialami oleh semua pekerja tak terkecuali pekerja di sebuah bengkel sekalipun. Dikarenakan bengkel juga memiliki kegiatan yang bisa dikatakan padat hampir setiap harinya. Oleh karena itu peneliti melakukan penelitian untuk mengetahui Faktor Yang Mempengaruhi LBP Pada Pekerja Bengkel di Kecamatan Marpoyan Damai Kota Pekanbaru Tahun 2021.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka perumusan masalah dari penelitian ini adalah faktor yang mempengaruhi *Low Back Pain* (LBP) pada pekerja di bengkel.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor yang mempengaruhi LBP pada pekerja bengkel di kecamatan marpoyan damai kota pekanbaru.

2. Tujuan Khusus

a. Untuk mengtahui hubungan kebiasaan merokok terhadap keluhan *Low Back Pain* (LBP).

b. Untuk mengetahui hubungan masa kerja dengan keluhan *Low Back Pain* (LBP).

c. Untuk mengetahui hubungan antara umur dan keluhan *Low Back Pain*

(LBP) .

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pekerja

Di harapkann dengan adanya penelitian ini dapat menjadi informasi dan masukan pada mekanik bengkel di kecamatan marpoyan damai kota pekanbaru .

2. Bagi STIKes Payung Negeri

Sebagai informasi dan tambahan pengetahuan tentang pengaruh penggunaan engine stand terhadap LBP di bengkel sehingga menjadi bahan pertimbangan bagi STIKes Payung Negeri Pekanbaru demi menciptakan kerja yang produktivitas.

3. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat dijadikan untuk menambah wawasan dan pengetahuan penelitian sebagai aplikasi ilmu serta bahan perbandingan selama di bangku kuliah dalam bentuk penelitian.