

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Tubuh manusia dirancang untuk bisa melakukan segala aktivitas dalam pekerjaan sehari-hari. Massa otot dalam tubuh bobotnya hampir lebih dari separuh dari berat tubuh, yang memungkinkan manusia bisa melakukan suatu pekerjaan. Studi tentang *material safety data sheet* (MSDS) pada berbagai industri menunjukkan bahwa keluhan otot yang sering dirasakan pekerja antara lain otot-otot leher, bahu, lengan, tangan, jari, punggung, pinggang dan otot-otot bagian bawah kebanyakan kejadian musculoskeletal tidak mengakibatkan kecacatan tapi menyebabkan gangguan aktivitas kerja. Disamping itu menurut beberapa ahli, faktor individu seperti umur, jenis kelamin, aktivitas fisik, kekuatan fisik dan ukuran tubuh juga dapat menjadi penyebab timbulnya keluhan system musculoskeletal (Utami, Karimuna,& jufri ,2017).

Masalah musculoskeletal secara global berkontribusi sebesar 42%-58% dari seluruh penyakit terkait pekerjaan (Sekaaram & Ani,2017). Pada tahun (2011) *World Health Organization (WHO)* memperkirakan prevelensi gangguan otot rangka mencapai hampir 60% dari semua penyakit akibat kerja.. (Waworuntu et al., 2018). Jam kerja pengemudi transportasi umum bervariasi antara transportasi pemerintah dan nonpemerintah, menurut Undang-Undang No.13 tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan, khususnya pasal 77 sampai dengan pasal 85 Pasal 77 ayat 1, UU No.13/2003 yaitu: 8 jam kerja dalam 1 hari atau 40 jam kerja dalam 1 minggu untuk 5 hari kerja dalam 1 minggu. Pengemudi transportasi umum tidak sedikit yang menambah jam kerja 15 jam perhari untuk mendapatkan pendapatan ekstra (Permenhub, 2017).

Masalah musculoskeletal merupakan masalah yang mempengaruhi fungsi normal sistem musculoskeletal akibat paparan berulang berbagai faktor risiko di tempat bekerja. Masalah musculoskeletal menyebabkan

permasalahan kerja yang signifikan akibat peningkatan kompensasi biaya kesehatan, penurunan produktivitas, dan rendahnya kualitas hidup. Masalah muskuloskeletal secara global berkontribusi sebesar 42%–58% dari seluruh penyakit terkait pekerjaan dan 40% dari seluruh biaya kesehatan terkait pekerjaan. Biaya kerugian akibat masalah muskuloskeletal diperkirakan mencapai rata-rata 14.726 dolar pertahun atau sekitar 150 juta rupiah, sehingga permasalahan masalah muskuloskeletal bila tidak segera diobati dan dicegah dapat menyebabkan proses kerja terhambat dan tidak maksimal (Sekaaram & Ani, 2017).

Kemajuan Teknologi di bidang transportasi, menjadi kenyataan sosial budaya yang terjadi di masyarakat. Bahwa saat ini internet sangat berpengaruh kepada warga masyarakat dalam menjalani kehidupan masyarakat. Karena pemesanan berbasis aplikasi yang mudah di download oleh pengguna smartphone baik sistem android maupun IOS. Pemesanan melalui aplikasi yang mudah membuat Gojek online diterima dengan cepat dikalangan masyarakat, serta berbagai macam pilihan layanan yang diberikan sehingga mampu memenuhi kebutuhan masyarakat dalam bidang jasa (Anis Agustin, 2017). Masalah kesehatan pada pengendara Gojek online yaitu dapat mengakibatkan *low back pain* yakni nyeri yang dirasakan di daerah punggung bawah sekitar lumbal dan lumbasakral yang menjalar ke tungkai dan kaki, ini disebabkan oleh posisi bekerja yang statis ataupun beban tubuh yang berlebihan (CCOHS, 2017). Berdasarkan data yang didapatkan salah satu perwakilan gojek di Indonesia yang aktif sekitar 2,5 juta baik ojek daring maupun taksi daring. Sedangkan pengguna Gojek online di Provinsi Riau Pekanbaru diperkirakan sudah mencapai ± 4.000 orang.

Lamanya waktu aktivitas kerja mengharuskan seorang pengendara atau pengemudi transportasi umum mempertahankan posisi berkendara yang menetap/statis, yang mana dalam jangka waktu lama dapat menimbulkan keluhan pada sistem muskuloskeletal (Fahmi, 2017).

Duduk merupakan salah satu posisi yang paling umum dilakukan oleh manusia. Di Amerika menghabiskan sekitar 55% dari jam kerjanya atau 7,7 jam dalam satu hari dan tidak bergerak. Ketika duduk terlalu lama akan menyebabkan penurunan lumbar lordosis. Penurunan lumbar lordosis ini dapat menyebabkan peningkatan tekanan *intradiscal* sehingga menimbulkan keluhan *low back pain*. Hal ini sangat berpengaruh terhadap karyawan dan pekerja yang kesehariannya beraktivitas lebih banyak dilakukan dengan duduk, misalnya pengendara Gojek online. Menurut hasil penelitian Ogundele, 2017, pengendara sepeda motor yang berkendara selama 8 jam per hari atau 40 jam per minggu selama enam bulan dapat meningkatkan risiko timbulnya keluhan LBP. Seperti halnya pengendara sepeda motor, Gojek online yang pekerjaannya dijalani setiap hari di atas kendaraan dan dalam waktu yang lama, dapat dikategorikan sebagai pekerjaan berisiko tinggi karena terdapat beragam bahaya fisik dan psikologi. Salah satunya desain tempat duduk sepeda motor yang tidak ergonomis untuk digunakan oleh pengendara Gojek online.

Berdasarkan hasil studi prevalensi yang mengalami LBP sebagian besar pada supir bus, supir truk, dan pekerja yang duduk sekisaran 81% di Amerika dan 49% di Swedia yang mengalami LBP selama waktu berkerja. Pengemudi transportasi publik rata-rata memiliki lama kerja sekitar 12 jam setiap harinya dengan *load factor* penumpang yang tinggi sehingga menyebabkan peningkatan beban kerja pengemudi tersebut. Kondisi ini ditambah dengan posisi duduk yang statis dalam waktu lama yang dapat menimbulkan efek kausa negatif dalam hal kesehatan.

Hasil studi departemen kesehatan tentang profil masalah kesehatan di Indonesia pada tahun 2017 pun menunjukkan bahwa sekitar 40,5% penyakit yang dialami pekerja berhubungan dengan pekerjaannya. Hasil dari studi yang dilakukan terhadap 9.482 pekerja di 12 kabupaten/kota di Indonesia pada umumnya berupa penyakit *low back pain* (16%), yang mana menjadi masalah tertinggi dibandingkan masalah kesehatan lainnya. Pekerjaan sebagai pengemudi Gojek online rentan terhadap masalah

kesehatan, misalnya *low back pain* (Depkes, 2017). Nyeri merupakan sensasi yang tidak menyenangkan yang terjadi jika mengalami cedera ataupun kerusakan pada tubuh. Keluhan nyeri dapat terasa seperti rasa panas, kesemutan/tertusuk, dan ditikam. Nyeri akan menjadi suatu masalah gangguan kesehatan dikarenakan dapat mengganggu aktivitas yang akan dilakukan dan ketidaknyamanan yang berkepanjangan (Waworuntu et al., 2018).

Low back pain merupakan salah satu masalah yang umum dan saat ini menjadi masalah paling luas dalam mempengaruhi populasi manusia. Survei yang telah dilakukan di Inggris melaporkan bahwa 17,3 juta orang di Inggris pernah mengalami *low back pain*, dari jumlah ini 1,1 juta orang mengalami kelumpuhan akibat nyeri punggung bawah. Sedangkan jumlah penderita *low back pain* di Indonesia tidak diketahui secara pasti, namun diperkirakan antara 7,6 sampai 37% dari jumlah penduduk di Indonesia. Data mengenai penderita *low back pain* dipekanbaru khususnya di rumah sakit umum daerah (RSUD) Pekanbaru, *low back pain* masuk 5 besar pasien yang dirawat di RSUD Pekanbaru sebanyak 8.145% pasien (Sidiropoulou, 2015). *Low Back Pain* (LBP) apabila tidak ditangani dapat tidak hanya menyebabkan nyeri, frustrasi dan distress tetapi juga dapat menjadi kaku sekujur tubuh yang berujung tidak bisa berjalan atau menggerakkan tubuhnya yang mengakibatkan cacat seumur hidup (Waworuntu et al., 2018).

Dampak jika tidak ditangani dengan benar akan menimbulkan kelainan kongenital/kelainan perkembangan, seperti regangan, cedera whiplash, fraktur, seperti traumatic misalnya jatuh, atraumatik misalnya osteoporosis, infiltrasi neoplastik, steroid eksogen, hernia discus intervertebralis, degeneratif kompleks diskus misalnya osteofit, gangguan discus internal, stenosis spinalis dengan klaudikasio neurogenik, gangguan sendi vertebra, gangguan sendi atlantoaksial misalnya arthritis rheumatoid, arthritis spondylosis seperti artropati facet atau sacroilaca, autoimun misalnya ankylosing spondylitis, sindrom reiter, neoplasma seperti

metastasi, hematologic, tumor tulang primer, infeksi/inflamasi, seperti osteomyelitis vertebral, abses epidural, sepsis discus, meningitis, arachnoiditis lumbal, metabolic osteoporosis-hiperparatoid, vaskuler aneurisma aorta abdominalis, diseksi arteri vertebral, lainnya seperti nyeri alih dari gangguan visceral, sikap tubuh, psikiatrik, sindrom nyeri kronik.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di indomaret sudirman tempat pangkalan tukang gojek online didapatkan 7 (70%) dari 10 orang mengatakan adanya *low back pain* akibat dari pekerjaannya, dan 3 (30%) orang dari 10 orang tersebut mengatakan tidak adanya *low back pain* dengan pekerjaannya. 8 responden (80%) dari 10 responden mengatakan sudah bekerja ojek online lebih dari 6 bulan dan 2 diantaranya bekerja ojek online kurang dari 6 bulan. 10 responden mengatakan lebih dari 8-10 jam berkendara dalam sehari, dan rata-rata mereka duduk dalam sehari lebih dari >4 jam.

Berdasarkan uraian fenomena diatas peneliti tertarik untuk meneliti “**Hubungan Antara Lama Duduk Terhadap *Low Back Pain* Pada Pengendara Gojek Online Di Pekanbaru Provinsi Riau**

B. Rumusan Masalah

low back pain merupakan fenomena yang sering dialami oleh seorang pekerja sebagai pengendara transportasi umum salah satunya gojek online yang sangat beresiko mengalami masalah *low back pain* akibat duduk yang terlalu lama.

Berdasarkan data *World Health Organization WHO* didapatkan masalah *low back pain* secara global berkontribusi sebesar 42%-58% dari seluruh penyakit terkait pekerjaannya. Di Indonesia, diperkirakan angka prevalensi 7,6% sampai 37%. Masalah *low back pain* pada pekerja umumnya dimulai pada usia dewasa muda dengan puncak prevalensi pada kelompok usia 25-60 tahun. Dari penelitian yang dilakukan Arshad, 2015, 85% penderita masalah punggung disebabkan karena posisi duduk yang terlalu lama. Duduk yang terlalu lama dialami oleh para gojek online yang lebih dari 4 jam beresiko untuk mengalami *low back pain*.

Berdasarkan uraian diatas rumusan masalah penelitian ini adalah untuk mengetahui “**Adakah Hubungan Antara Lama Duduk Dengan Keluhan *Low Back Pain* Pada Pengendara Gojek Online Di Pekanbaru Provinsi Riau?**”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian adalah untuk mengetahui Hubungan Lama Duduk Dengan *Low Back Pain* Pada Pengendara Gojek online Kota Pekanbaru.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi karakteristik pada Pengendara Gojek online di Pekanbaru
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi lama duduk pada pengendara Gojek online pekanbaru
- c. Untuk mengetahui distribusi frekuensi adanya keluhan LBP pada Pengendara Gojek online di Pekanbaru.
- d. Untuk mengetahui hubungan lama duduk dengan keluhan *low back pain* pada Pengendara Gojek online di Pekanbaru.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi STIKes Payung Negeri

Penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk sebagai acuan atau bahan ajar terkait lama duduk terhadap *low back pain*.

2. Bagi Respoden

Untuk diketahui bahwa perkejaan yang sedang dialami berpotensi mengakibatkan gangguan musculoskeletal, salah satu berupa keluhan *low back pain* sehingga pekerja dapat mengantisipasi dan melakukan upaya pencegahan.

3. Bagi peneliti berikutnya

Penelitian ini bermanfaat sebagai sumber referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian ini.