

HUBUNGAN PERILAKU KERJA DENGAN KEJADIAN NYERI PINGGANG BAWAH PADA BURUH DI PASAR TENGAH TANJUNG KARANG PUSAT BANDAR LAMPUNG PERIODE NOVEMBER – DESEMBER TAHUN 2013

Agung Priantoro¹

ABSTRAK

Latar Belakang: Aktivitas gerak tubuh manusia bergantung pada efektifnya interaksi antara sendi yang normal dengan unit-unit neuromuskular yang menggerakannya. Diketahui Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010, untuk penyakit tulang, sendi, otot dan jaringan pengikat data prevalensi nyeri pinggang belakang sebesar 35,7%. Berdasarkan karakteristik responden prevalensi nyeri pinggang bawah lebih tinggi pada jenis pekerjaan petani/nelayan/buruh sebesar 16,6%. Metode Penelitian: Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh kuli angkut yang ada di Pasar Tengah Tanjung Karang Pusat Bandar Lampung tahun 2013 sebesar 50 orang dan sampel menggunakan total populasi. Analisis data menggunakan uji *chi-square*. Hasil: Hasil uji statistik univariat didapat distribusi frekuensi perilaku kerja lebih tinggi pada kategori tidak baik sebesar 29 orang (58,0%), Distribusi frekuensi kejadian nyeri pinggang bawah lebih tinggi pada kategori tidak nyeri pinggang bawah sebesar 35 orang (70,0%). Kesimpulan: Hasil uji statistik bivariat didapat ada hubungan perilaku kerja dengan kejadian nyeri pinggang bawah pada buruh ($p \text{ value} = 0,003 < 0,05$).

Kata kunci : Perilaku kerja, kejadian nyeri pinggang bawah

1. Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati

PENDAHULUAN

Aktivitas gerak tubuh manusia bergantung pada efektifnya interaksi antara sendi yang normal dengan unit-unit neuromuscular yang menggerakkannya. Elemen tersebut juga berinteraksi untuk mendistribusikan stress mekanik ke jaringan sekitar sendi. Otot, tendon, ligamen, rawan sendi, dan tulang saling bekerja sama agar fungsi tersebut dapat berlangsung dengan sempurna¹.

Salah satu gangguan aktifitas gerak adalah penyakit tulang dan sendi yang sering dialami oleh sebagian penduduk di dunia yaitu nyeri pinggang bawah, nyeri menyebabkan gangguan rasa tidak nyaman dan membatasi gerak seseorang.².

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2010 menyatakan nyeri pinggang bawah sering dijumpai dalam praktek sehari-hari terutama di negara-negara industri, diperkirakan 70-85% dari seluruh penduduk di negara-negara maju pernah mengalami episode nyeri ini selama hidupnya. Di Amerika Serikat lebih dari 80% penduduknya pernah mengeluhkan nyeri pinggang belakang dan menempati urutan paling sering dari pembatasan aktivitas penduduk. Nyeri pinggang bawah urutan ke 2 alasan paling sering berkunjung ke dokter ortopedi, urutan ke 5 alasan perawatan di rumah sakit.³

Data epidemiologi mengenai nyeri pinggang bawah yang dilakukan Perhimpunan Dokter Saraf Indonesia (PERDOSSI) di 14 rumah sakit di Indonesia, pada tahun 2008 menunjukkan jumlah penderita nyeri sebanyak 4.456 orang (25% dari total kunjungan), dimana 819 orang (18,37%) adalah penderita nyeri pinggang bawah. Insiden nyeri pinggang bawah berdasarkan kunjungan pasien ke beberapa rumah sakit di Indonesia berkisar antara 3-17%, dengan frekwensi terbanyak pada usia 30-45 tahun⁴.

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) tahun 2010, untuk penyakit tulang, sendi, otot dan jaringan pengikat data prevalensi nyeri pinggang belakang sebesar 35,7%. Berdasarkan karakteristik responden prevalensi nyeri pinggang bawah lebih tinggi pada jenis

pekerjaan petani/nelayan/buruh sebesar 16,6%⁵.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan perilaku kerja dengan kejadian nyeri pinggang bawah pada buruh di Pasar Tengah Tanjung Karang Pusat Bandar Lampung Periode November – Desember tahun 2013.

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian dalam penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*²⁷. Berlokasi di Pasar Tengah Tanjung Karang Pusat Bandar Lampung yang di lakukan pada bulan November – Desember 2013. Analisa yang digunakan untuk menguji hubungan 2 variabel kategorik digunakan uji statistik "*chi kuadrat*" (*chi square*).²⁸

HASIL PENELITIAN

Analisa yang di gunakan dalam penelitian ini adalah analisa univariat yang dilakukan pada tiap variabel. Hasil dari tiap variabel ini ditampilkan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi responden berdasarkan perilaku kerja dan kejadian nyeri pinggang bawah pada buruh di Pasar Tengah Tanjung Karang Pusat Bandar Lampung Periode November – Desember tahun 2013. Hasil penelitian terhadap 50 responden didapat:

Distribusi frekuensi perilaku kerja.

Tabel 1 Distribusi frekuensi perilaku kerja pada buruh di Pasar Tengah Tanjung Karang Pusat Bandar Lampung Periode November – Desember tahun 2013

Perilaku kerja	Jumlah	%
Tidak baik	29	58,0
Baik	21	42,0
Total	50	100,0

Berdasarkan tabel diatas distribusi frekuensi perilaku kerja lebih tinggi pada kategori baik sebesar 29 orang (58,0%).

Distribusi frekuensi kejadian nyeri pinggang bawah

Tabel 2 Distribusi frekuensi kejadian nyeri pinggang bawah pada buruh di Pasar Tengah Tanjung Karang Pusat Bandar Lampung Periode November – Desember tahun 2013

Kejadian nyeri pinggang bawah	Jumlah	%
Nyeri pinggang bawah	15	30,0
Tidak nyeri pinggang bawah	35	70,0
Total	50	100,0

Berdasarkan tabel diatas distribusi frekuensi kejadian nyeri pinggang bawah lebih tinggi pada kategori tidak nyeri pinggang bawah sebesar 35 orang (70,0%).

Pembahasan Perilaku kerja

Berdasarkan tabel 1 diatas distribusi frekuensi perilaku kerja lebih tinggi pada kategori baik sebesar 27 orang (54,0%).

Hasil ini sejalan dengan penelitian Liana Tahun 2010 tentang gambaran perilaku kerja buruh di Pasar Ciawi Kota Bandung hasil univariat di dapat perilaku kerja pekerja buruh lebih tinggi pada kategori kurang baik sebesar 63,2%.²⁶

Perilaku kerja di anggap sebagai istilah yang sangat luas yang mencakup semua kapasitas yang diperlukan untuk melaksanakan suatu jenis pekerjaan tertentu. Dengan demikian istilah perilaku kerja mencakup kapasitas fungsional, fisik, mental dan sosial. Tingkat keselarasan kapasitas kerja dengan tuntutan perkerjaan akan mempengaruhi produktivitas, dan kesulitan dalam hal ini dapat mengarah ke stres dan penyakit yang terkait pekerjaan kecacatan yang ada hubungannya dengan pekerjaan.²²

Berdasarkan teori diatas menurut peneliti banyaknya responden dengan perilaku kerja buruh kurang baik di Pasar Tengah Tanjung Karang Pusat Bandar Lampung Periode November – Desember

tahun 2013 kemungkinan disebabkan karena pengetahuan pekerja kurang baik tentang teknik mengangkat barang yang benar sehingga pada saat mengangkat barang postur pekerja membungkuk dan meliuk sehingga buruh mudah mengalami nyeri pinggang bawah.

Begitupun sebaliknya pekerja yang memiliki perilaku kerja yang baik karena pekerja memiliki pengetahuan yang baik sehingga di manipestasikan kedalam perilaku yang baik dalam mengangkat barang dengan teknik yang baik dan benar.

Kejadian nyeri pinggang bawah

Berdasarkan tabel 4.2 diatas distribusi frekuensi kejadian nyeri pinggang bawah lebih tinggi pada kategori tidak nyeri pinggang bawah sebesar 35 orang (70,0%).

Hasil ini sejalan dengan penelitian Nilakesuma Tahun 2009 tentang hubungan jenis pekerjaan dengan kejadian nyeri pinggang bawah di RSUD Surabaya. Hasil penelitian *chi square* didapat (p value = 0,001), ada hubungan jenis pekerjaan dengan kejadian nyeri pinggang bawah.²⁰

Nyeri pinggang bawah atau *Low Back Pain* (LBP) adalah suatu gejala berupa rasa nyeri di daerah lumbosakral dan sakroiliaka yang dapat ditimbulkan oleh berbagai sebab, kadang-kadang disertai dengan penjaralaran nyeri ke arah tungkai dan kaki.¹³

Menurut peneliti tingginya peroporsi pekerja yang tidak mengalami kejadian nyeri pinggang bawah di Pasar Tengah Tanjung Karang Pusat Bandar Lampung Periode November – Desember tahun 2013 kemungkinan disebabkan pekerja merupakan usia yang sudah memasuki senja sehingga saat beraktivitas bekerja sudah tidak kuat lagi dan pekerja sudah memasuki usia menopause mana tulang – tulang sudah mulai keropos dan pekerja mudah mengalami kejadian nyeri pinggang bawah.

Begitupun sebaliknya pekerja yang mengalami keluhan nyeri pinggang bawah gangguan yang terjadi akibat nyeri pinggang bawah adanya nyeri tekan pada regio lumbal, spasme otot, keterbatasan gerak dan penurunan kekuatan otot, sehingga dapat

menimbulkan keterbatasan fungsi yaitu gangguan saat bangun dari keadaan duduk, saat membungkuk, saat duduk atau berdiri lama dan berjalan¹⁴.

Berdasarkan uraian diatas dapat penulis simpulkan bahwa LBP adalah nyeri yang dirasakan di daerah pinggang bawah, nyeri ini terasa diantara sudut iga terbawah sampai lipat bokong bawah yaitu di daerah lumbo-sakral dan sering di sertai dengan penjalaran nyeri ke arah tungkai (kaki) dan merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang disebabkan oleh aktivitas tubuh yang kurang baik (posisi tubuh yang tidak ergonomis saat pengangkatan).

Hubungan perilaku kerja dengan kejadian nyeri pinggang bawah pada buruh

Hasil ini sejalan dengan penelitian Nilakesuma Tahun 2009 tentang hubungan perilaku kerja dengan kejadian nyeri pinggang bawah di RSUD Surabaya. Hasil penelitian *chi square* didapat (p value = 0,001), ada hubungan jenis pekerjaan dengan kejadian nyeri pinggang bawah.²⁰

Faktor risiko terjadinya nyeri pinggang bawah salah satunya jenis pekerjaan yang banyak menyebabkan gangguan otot rangka terutama adalah jenis kerja fisik berat, posisi atau sikap tubuh salah selama bekerja (*awkward posture*) dan kerja statis.⁶

Berdasarkan teori diatas menurut peneliti ada hubungan perilaku kerja dengan kejadian nyeri pinggang bawah pada buruh di Pasar Tengah Tanjung Karang Pusat Bandar Lampung Periode November – Desember tahun 2013 faktor penyebab kemungkinan pertama responden bekerja dalam kategori kerja fisik berat dengan penggunaan tenaga yang berlebihan, pekerjaan tersebut merupakan salah satu jenis pekerjaan berisiko karena dapat menyebabkan nyeri pinggang bawah, hal ini disebabkan pekerjaan tersebut membutuhkan tenaga yang kuat dan berlebihan, jika tidak diimbangi dengan istirahat yang cukup dan bekerja dalam waktu yang berkepanjangan maka besar kemungkinan akan timbul kelelahan otot yang ditandai dengan gejala *tremor* atau rasa nyeri yang terdapat pada otot

termasuk otot pinggang bawah yang dimanifestasikan dengan nyeri.

Faktor kedua disebabkan ada kaitan dengan sikap tubuh yang salah saat responden bekerja sehingga dapat menjadi faktor predisposisi penyebab nyeri pinggang bawah, kebiasaan responden bekerja mengangkat barang seperti membungkuk atau menekuk ke muka pada pekerja, mengangkat beban dari posisi berdiri langsung membungkuk mengambil beban merupakan posisi yang salah yang dapat menimbulkan nyeri pinggang.

Faktor ketiga disebabkan ada kaitan dengan pekerjaan responden yang statis atau yang menghasilkan sedikit gerak sehingga kontraksi otot bersifat *isometris* (tegang otot bertambah sementara tegangan otot tetap), hal ini menyebabkan responden rentan mengalami nyeri pinggang bawah. hal ini menyebabkan responden lebih banyak duduk hingga berjam-jam dan menghasilkan gerak yang sedikit sehingga rentan mengalami nyeri pinggang bawah.

Begitupun sebaliknya, responden yang tidak mengalami nyeri pinggang bawah karena responden selalu menggunakan teknik bekerja yang benar sehingga pada saat mengangkat barang posisi atau sikap tubuh selalu dijaga.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan hubungan perilaku kerja dengan kejadian nyeri pinggang bawah pada buruh di Pasar Tengah Tanjung Karang Pusat Bandar Lampung Periode November – Desember tahun 2013 dapat disimpulkan:

1. Distribusi frekuensi perilaku kerja lebih tinggi pada kategori tidak baik sebesar 29 orang (58,0%).
2. Distribusi frekuensi kejadian nyeri pinggang bawah lebih tinggi pada kategori tidak nyeri pinggang bawah sebesar 35 orang (70,0%).
3. Ada hubungan perilaku kerja dengan kejadian nyeri pinggang bawah pada buruh (p value = 0,003 < 0,05).

DAFTAR PUSTAKA

1. Ningsih, Nurna. Aktifitas gerak. 2006. Available from : URL : <http://www.unsri.ac.id>. diakses pada tanggal 14 November 2013.

2. Indra. Prevalensi (Low Back Pain) di dunia. Jakarta. Grasindo. 2008. Halm 42 -38.
3. Subroto. Mewaspadai Nyeri Punggung. Jakarta. Salemba. 2010. Halm 59-56.
4. PERDOSSI. LBP di Indonesia. 2002. Available from : URL : <http://www.perdossi.com> diakses pada tanggal 17 November 2013.
5. Kemenkes RI. Riset Kesehatan Dasar. Jakarta. 2010. halm 27-24
6. Achlis. Pekerjaan Sosial Sebagai Profesi. Bandung. STKS Bandung. 2006. Halm 65-62.
7. Stubbart JR, Nyeri Punggung Bawah. Jakarta. Ethical Digest : Jurnal Farmasi Kedokteran. 2004. Halm 102-98.
8. Snell, Atlas dan Buku Teks Anatomi Manusia. Jakarta. EGC Penerbit Buku Kedokteran. 2006. Halm 84 - 70.
9. Putz. R, Pabst. R. Sobotta Atlas der Anatomie des Menschen. 20nd. Jakarta. EGC. 2003. Halm 72 - 60.
10. Rafianto, Mulyono. Artikel Kesehatan Low Back Pain (LBP). 2007. Available from : URL : <http://www.anakunhas.com>. Diakses pada tanggal.12 November 2013.
11. Almatsier, Sunita. Penuntun Diet Edisi Baru. Jakarta. PT Gramedia Pustaka Utama. 2004. Halm 110-94.
12. Potrney, L.G., & Warkins, M.P. Foundation of clinical research application to practice, Nem Jersey: Prenty Hall. 2000. Halm 99-95.
13. Ignatavicius, Donna D. Medical Surgical Nursing. Alih bahasa: Monica Ester, Jakarta. EGC. 2011. Halm 115-103.
14. Graham R.B, Rentang Skala Pengukuran Nyeri. Jakarta. EGC. 2006. Halm 78-63.
15. Bimariotejo. Gerakan Columna Vertebralis pada Lumbal. Jakarta Binapustaka. 2009. Halm 66-51.
16. Sidharta, Priguna. Neuromuskuloskeletal dalam Paraktek Umum. Jakarta. Dian Rakyat. 2004. Halm 53- 42.
17. Ninggsih, N. dan Wasliah S, Karakteristik nyeri. 2008. Available from : URL : <http://Dalam> www.jurnal.kesehatan.com diakses pada tanggal 11 November 2013.
18. Budiono, Tiga Sindrom Utama Nyeri Pinggang. Jakarta. Bhuana Ilmu Populer. 2003. Halm. 78-61.
19. Lukman, Ningsih N. Asuhan Keperawatan pada Klien dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal. Jakarta. Salemba Medika. 2011. Halm 134- 121.
20. Suryamiharja A, Meliala L, Penuntun Penatalaksanaan Nyeri Neuropatik. Edisi Kedua. Medikagama Press. Yogyakarta. 2005. Halm. 88-82.
21. Peter Vi, Diagnosis and management of acute low back pain. Alih Bahasa : Renata. Jakarta. EGC. 2006. Halm 97-91.
22. Robert kwick, Low Back Pain. Tersedia 2006. Available from : URL : http://www.Low_back_pain.com diakses pada tanggal 11 November 2013.
23. Notoatmodjo, Soekidjo. Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta. Rineka Cipta. 2010. Halm 25 - 24.
24. Ganong, William F. Fisiologi Kedokteran. Jakarta. EGC. 2005. Halm 79-75.
25. Dahlan, M.S. Statistik untuk kedokteran dan kesehatan, seri 1, PT. Arkansas, Jakarta. 2004. Halm 96-92.
26. Nilakesuma. Hubungan perilaku kerja dengan kejadian nyeri pinggang belakang di RSUD Surabaya. 2009. Available from : URL : <http://www.jurnalkesehatan.com>, diakses pada tanggal 11 Noverber 2013.
27. Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta. Rineka Cipta. Edisi II. Halm 84-80.
28. Hastono. Analisa Data. Jakarta. FKMUI. 2007. Halm 4-3.