

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keluhan nyeri punggung bawah atau pinggang masih merupakan masalah yang sering dialami oleh banyak orang. Hanya sekitar 2 dari 10 individu yang tidak merasakan nyeri di daerah ini. Masalah ini juga umum di antara pekerja dari berbagai jenis profesi. Karena rasa nyeri yang ditimbulkan, banyak pekerja terpaksa harus beristirahat dan mencari pengobatan, yang berakibat pada kehilangan waktu kerja, biaya pengobatan yang meningkat, serta penurunan produktivitas (Rachmayani, 2015).

Menurut *World Health Organization* (WHO), salah satu dampak kesehatan dari penyakit non-ergonomis adalah gangguan muskuloskeletal atau gangguan pada sendi. Penyakit muskuloskeletal tergolong sebagai penyakit akibat kerja yang paling sering menyebabkan cedera secara global. Pada tahun 2018, tercatat sekitar 6,6 juta pekerja di Inggris absen dari pekerjaan akibat gangguan ini. Selain itu, sekitar 469.000 pekerja mengalami gangguan muskuloskeletal yang paling sering terjadi di area leher (42%), punggung (40%), dan tungkai bawah (18%). Tipe yang paling sering dijumpai adalah *Non-Specific Low Back Pain* (NSLBP) atau yang dikenal sebagai nyeri punggung bawah miogenik. Kondisi ini muncul tanpa melibatkan kerusakan atau gangguan pada sistem saraf, melainkan disebabkan oleh faktor-faktor mekanis seperti proses inflamasi, spasme otot, atau kontraksi berlebihan pada otot-otot di area tulang belakang (Ali, 2018 dalam Lazuardy et al., 2024)

Di Indonesia, keluhan nyeri punggung bawah merupakan masalah kesehatan yang menempati posisi kedua tertinggi setelah influenza. Diperkirakan, sekitar 37% atau sekitar 63 juta orang di Indonesia mengalami keluhan ini (Sunarya *et al.*, 2024). Salah satu penyakit akibat kerja yang paling umum di seluruh dunia dan berdampak pada hampir seluruh populasi adalah *Low Back Pain*, atau yang lebih dikenal sebagai nyeri punggung bawah. Nyeri punggung bagian bawah merupakan penyebab utama gangguan dan keterbatasan aktivitas, serta menjadi salah satu alasan utama ketidakhadiran kerja di hampir seluruh dunia (Rachmawati *et al.*, 2021).

Faktor risiko yang dapat mempengaruhi munculnya nyeri punggung bagian bawah meliputi beberapa hal, antara lain usia, jenis kelamin, indeks massa tubuh (IMT), lama masa kerja, serta kebiasaan berolahraga. Selain itu, faktor-faktor yang berkaitan dengan pekerjaan, seperti beban kerja, posisi kerja, tingkat repetisi, dan durasi kerja, juga berperan (Wijayanti *et al.*, 2019). Pekerjaan yang mengharuskan duduk dalam waktu lama dengan postur tubuh yang tidak tepat dapat menyebabkan ketegangan pada otot-otot punggung, yang berisiko merusak jaringan lunak di sekitarnya (Noli *et al.*, 2021).

Konveksi adalah jenis usaha yang bergerak dalam pembuatan pakaian atau sandang secara massal. Dalam proses pembuatan pakaian, terdapat beberapa penjahit yang berperan penting. Pekerjaan menjahit menuntut keterampilan khusus dan ketelitian tinggi saat menggunting kain, menyusun pola, serta menyatukannya dengan jahitan rapi. Secara umum, aktivitas ini dilakukan dalam posisi duduk lama, dengan kepala cenderung menunduk dan punggung membungkuk ke depan yang dilakukan dalam waktu relatif panjang. Berdasarkan Undang-Undang No. 13 Tahun 2003 Pasal 77 Ayat 1, jam kerja normal ditetapkan antara 7 hingga 8 jam per hari. Namun, demi mencapai target pesanan, seorang penjahit sering kali harus bekerja lebih dari 8 jam (Rosyada *et al.*, 2023). Pekerja

konveksi adalah salah satu profesi yang memiliki risiko tinggi terhadap masalah kesehatan. Berbagai isu kesehatan sering kali dialami oleh pekerja di sektor ini disebabkan oleh perilaku mereka, kecelakaan kerja, serta lingkungan kerja yang kurang sehat dan aman (Saintika *et al.*, 2022).

Menurut penelitian (Prastuti *et al.*, 2020) Hasil penelitian terhadap penjahit menunjukkan adanya kaitan erat antara lama kerja dengan munculnya sakit pinggang bawah nilai P sebesar 0,0001 ($P < 0,05$). Nilai Odds Ratio (OR) tercatat sebesar 13,929 dengan rentang Confidence Interval (CI) 95% antara 5,167 hingga 37,548. Temuan ini mengindikasikan bahwa penjahit yang bekerja lebih dari 8 jam per hari memiliki risiko 14 kali lebih besar mengalami *low back pain* dibandingkan dengan mereka yang bekerja selama 8 jam atau kurang.

Studi yang dilakukan oleh Agustin beserta tim penelitiannya pada tahun (2023) menggunakan subjek penelitian berupa karyawan di salah satu kantor yang berlokasi di Jakarta Selatan bagian X. Hasil penelitian tersebut mengungkapkan adanya hubungan signifikan antara lamanya waktu bekerja, pengalaman kerja, serta sikap tubuh saat bekerja dengan munculnya keluhan nyeri punggung bawah (*Low Back Pain/LBP*).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan rangkaian latar belakang di atas, dapat di tarik rumusan masalah sebagai berikut: apakah terdapat hubungan antara durasi lama bekerja dengan *Low Back Pain Myogenic* pada penjahit di konveksi Sumber Daya Budi Sentosa Pasuruan

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum pada penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan durasi lama bekerja dengan *low back pain myogenic* pada penjahit di konveksi Sumber Daya Budi Sentosa Pasuruan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi durasi kerja pada penjahit di konveksi Sumber Daya Budi Sentosa Pasuruan.
- b. Mengidentifikasi tingkat nyeri pada penjahit di konveksi Sumber Daya Budi Sentosa Pasuruan.
- c. Menganalisis adanya hubungan durasi lama bekerja dengan *low back pain myogenic* pada penjahit di konveksi Sumber Daya Budi Sentosa Pasuruan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah dan meningkatkan pengetahuan khususnya dalam bidang fisioterapi yang berkaitan dengan hubungan durasi lama bekerja dengan *low back pain myogenic* pada penjahit. Kemudian dapat menjadi media dalam menambah referensi yang dapat dikembangkan oleh peneliti selanjutnya.

2. Bagi Praktisi

a. Bagi Penulis

Menambah wawasan dan pengetahuan penulis tentang hubungan antara durasi kerja dengan kejadian *Low Back Pain myogenic*.

b. Bagi Instansi/Pendidikan

Dapat memberikan informasi kepada Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Malang tentang hubungan durasi lama bekerja pada *Low Back Pain myogenic*.

c. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada pekerja penjahit dan industri konveksi tentang risiko *Low Back Pain myogenic* akibat durasi kerja yang berlebihan.



E. Keaslian Penelitian

Sub-bab ini akan membahas topik penelitian yang diangkat, yang berkaitan dengan sejumlah studi terdahulu mengenai hubungan durasi lama bekerja dengan *Low Back Pain myogenic*.

Tabel 1. 1 Tabel Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian Sampel, Variabel, Analisis)	Hasil Penelitian	Kesimpulan Penelitian	Database
1.	Triana Puspita Handayani &Kresna Febriyanto	Hubungan Durasi Kerja dengan Keluhan <i>Low Back Pain</i> pada Operator Alat Berat.	Metode: <i>cross sectional</i> Sampel: Sample pada Penelitian dilakukan terhadap 45 sopir alat berat PT Kutai Bara Abadi di lokasi tambang Variabel: Variabel independent pada penelitian ini adalah durasi kerja. Variabel dependent adalah nyeri punggung bawah.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara durasi kerja dan keluhan <i>low back pain</i> pada operator alat berat, dengan p-value=0.699 (> 0.05).	Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara durasi kerja dan keluhan <i>Low Back Pain</i> (LBP) pada operator alat berat di PT. Kutai Bara Abadi, dengan p-value sebesar 0,699 (p>0,05). Meskipun mayoritas operator bekerja dengan durasi tidak normal (>7 jam), faktor tersebut tidak secara statistik berpengaruh terhadap kejadian LBP. Temuan ini menegaskan perlunya evaluasi dan pengelolaan faktor risiko lain serta penerapan	Google Scholar

No	Nama Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian Sampel, Variabel, Analisis)	Hasil Penelitian	Kesimpulan Penelitian	Database
					langkah-langkah pencegahan yang komprehensif untuk meningkatkan kesehatan kerja pekerja.	
2.	Annissa, Arsyia Aulia, Puji Eka Mathofani	Hubungan Posisi Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Penjahit	Metode: <i>cross-sectional</i> Sampel: penelitian ini yaitu buruh seluruh penjahit yang berjumlah 35 orang Variabel: variabel independent pada penelitian ini yaitu posisi kerja. Sementara variabel dependent adalah nyeri punggung	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar penjahit mengalami keluhan nyeri pinggang, dengan 57,1% melaporkan keluhan tersebut. Faktor risiko yang berhubungan dengan keluhan nyeri pinggang meliputi posisi kerja yang statis dan lama duduk saat bekerja, serta masa kerja yang berisiko. Selain itu, kebiasaan berolahraga yang jarang dilakukan juga berkontribusi terhadap keluhan tersebut. Penelitian ini	Berdasarkan hasil penelitian, posisi kerja yang statis dan lama duduk secara signifikan berhubungan dengan keluhan nyeri punggung bawah pada penjahit. Sebaliknya, faktor seperti masa kerja, lama kerja, peregangan, dan kebiasaan olahraga tidak menunjukkan pengaruh yang signifikan. Oleh karena itu, penting untuk memperbaiki posisi kerja dan mengurangi waktu duduk statis guna mencegah keluhan nyeri punggung pada penjahit. Selain itu, intervensi berupa latihan stretching dan latihan	Google Scholar

No	Nama Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian Sampel, Variabel, Analisis)	Hasil Penelitian	Kesimpulan Penelitian	Database
				menegaskan pentingnya memperhatikan postur kerja dan kebiasaan sehat untuk mengurangi risiko nyeri pinggang pada penjahit.	keseimbangan dapat membantu meningkatkan fungsi punggung bawah dan mengurangi risiko gangguan muskuloskeletal.	
3.	Anni Kholilah, Masryna Siagian, Liena, Horas Rajagukguk, Muhammad Yunus, Hanjaya	Hubungan Posisi kerja, masa kerja, dan <i>low back pain</i> pada penjahit	Metode: <i>Cross Sectional</i> Sampel: seluruh penjahit di Pasar Petisah Medan sebanyak 62 orang yang keseluruhan dijadikan sampel (teknik total sampling) Variabel: variabel independent pada penelitian ini yaitu posisi kerja dan masa kerja. Sementara variabel dependent pada penelitian ini adalah nyeri punggung	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara posisi duduk dan masa kerja terhadap <i>Low Back Pain</i> (LBP) pada penjahit di Pasar Petisah Kota Medan. Khususnya, posisi duduk yang tidak ergonomis dan masa kerja yang lebih dari 6 tahun berhubungan dengan peningkatan risiko LBP. Disarankan agar penjahit memperhatikan aspek ergonomi dan	Kesimpulan dari studi ini menemukan adanya kaitan nyata antara posisi duduk dan masa kerja terhadap kejadian <i>Low Back Pain</i> (LBP) pada penjahit di Pasar Petisah Kota Medan. Penelitian menunjukkan bahwa posisi duduk yang tidak ergonomis dan masa kerja lebih dari 6 tahun berhubungan dengan peningkatan risiko LBP. Oleh karena itu, disarankan agar penjahit memperhatikan aspek ergonomi saat bekerja dan melakukan istirahat serta peregangan secara rutin	Google Scholar

No	Nama Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian Sampel, Variabel, Analisis)	Hasil Penelitian	Kesimpulan Penelitian	Database
				melakukan istirahat serta peregangan secara rutin untuk mengurangi risiko tersebut.	untuk mengurangi risiko LBP.	
4.	Ardilia Gilang Putri, Soffil Yudha Mulyadi	Hubungan Durasi Lama Kerja Per Hari Dengan Resiko <i>Low Back Pain</i> Non Spesifik Pada Pengemudi Motor Ojek Online	Metode: <i>cross sectional</i> Sampel: sampel pada penelitian ini yaitu sampel sebanyak 97 orang Variabel: variabel independent pada penelitian ini yaitu durasi lama kerja. Sementara variabel pada penelitian ini adalah nyeri pinggang.	Hasil penelitian menunjukkan ditemukan kaitan antara lama bekerja dengan munculnya sakit pinggang bawah (LBP) non-spesifik pada driver ojek online. Pengemudi yang bekerja lebih dari 10 jam sehari cenderung mengalami keluhan LBP, yang didukung oleh hasil uji korelasi Pearson dan uji normalitas yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara durasi kerja dan LBP. Selain itu, penelitian ini juga menegaskan bahwa jam	Kesimpulan dari studi ini membuktikan adanya kaitan nyata antara lama jam kerja dengan munculnya sakit pinggang bawah (LBP) non-spesifik pada driver ojek online di Sidoarjo. Pengemudi yang bekerja lebih dari 10 jam sehari cenderung mengalami keluhan LBP, yang didukung oleh hasil uji statistik seperti Pearson correlation dan uji normalitas. Selain itu, jam kerja yang panjang meningkatkan risiko kelelahan otot punggung dan nyeri punggung bawah, sesuai dengan temuan sebelumnya. Oleh karena itu, disarankan agar	Google Scholar

No	Nama Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian Sampel, Variabel, Analisis)	Hasil Penelitian	Kesimpulan Penelitian	Database
				kerja yang panjang meningkatkan risiko kelelahan otot punggung dan nyeri punggung bawah, sesuai dengan temuan sebelumnya.	pengemudi mengatur batas maksimal mengemudi 8 jam sehari untuk mengurangi risiko LBP.	
5.	Shalsa Devira, Burhan Muslim Basuki Ario Seno, Darwel, Erdi Nur	HUBUNGAN DURASI KERJA DAN POSTUR TUBUH DENGAN KELUHAN <i>LOW BACK PAIN</i> (LBP) PENJAHIT NAGARI SIMPANG KAPUAK KABUPATEN LIMA PULUH KOTA	Metode: Metode yang digunakan pada penelitian ini yaitu crosssectional Sampel: Sampel pada penelitian ini semua penjahit di Nagari Kapuak, Kabupaten Lima Puluh Kota sebanyak 43 orang Variabel: variabel independent pada penelitian ini yaitu durasi kerja dan postur tubuh. Sementara variabel dependent pada penelitian ini adalah nyeri punggung bawah	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 58,1% penjahit merasakan sakit pinggang bawah (LBP). Terdapat hubungan signifikan antara usia ($p=0,017$), berat badan ($p=0,013$), lama kerja ($p=0,002$), dan posisi tubuh ($p=0,006$) terhadap sakit pinggang. Demi menekan risiko LBP, disarankan melakukan relaksasi, istirahat, olahraga sesuai usia, konsumsi makanan	Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa lebih dari separuh penjahit di Nagari Simpang Kapuak mengalami keluhan <i>Low Back Pain</i> (LBP) dengan tingkat keparahan berat (58,1%). Faktor-faktor yang berhubungan signifikan dengan keluhan LBP meliputi usia, Indeks Massa Tubuh (IMT), durasi kerja, dan postur tubuh. Untuk mengurangi risiko LBP, disarankan agar penjahit melakukan relaksasi, olahraga, menjaga pola makan yang sehat, serta	Google Scholar

202210490311077
 Dhita Mezaluna
 Prodi Fisioterapi

No	Nama Peneliti dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Metode Penelitian Sampel, Variabel, Analisis)	Hasil Penelitian	Kesimpulan Penelitian	Database
				kaya kalsium, serta menerapkan sistem kerja ergonomis.	menerapkan sistem kerja yang ergonomis dan membatasi durasi kerja agar tidak berlebihan.	

