

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA ASN

Rizcita Prilia Melvani

rizcita94@gmail.com

Fakultas Kesehatan Universitas Kader Bangsa Palembang

ABSTRAK

Latar belakang: Nyeri punggung merupakan salah satu alasan utama untuk tidak bekerja dan setiap tahunnya jutaan hari kerja hilang akibat nyeri punggung. **Metode:** Penelitian *cross sectional* ini dilakukan pada tahun 2020 dengan sampel ASN di Sekretariat Daerah Kabupaten Ogan Komering Ilir sebanyak 52 orang menggunakan teknik *simple random sampling*. Data diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner serta dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan SPSS ver 25.0. **Hasil:** Ada hubungan signifikan antara IMT, lama duduk, dan beban kerja dengan LBP ($p\text{ value}=0,008$). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara IMT, lama duduk, dan beban kerja dengan LBP ini dapat digunakan sebagai masukan untuk mengembangkan pelayanan kesehatan.

Kata kunci: Beban Kerja, IMT, Lama Duduk, LBP

ABSTRACT

Background: Back pain is one of the main reasons for not working and every year millions of working days are lost due to back pain. **Methods:** This cross sectional study was conducted in 2020 with a sample of 52 ASN at the Regional Secretariat of Ogan Komering Ilir Regency using a simple random sampling technique. Data obtained through interviews using a questionnaire and analyzed univariate and bivariate using SPSS ver 25.0. **Results:** There is a significant relationship between BMI, length of sitting, and workload with LBP ($p\text{ value} = 0.008$). **Conclusion:** There is a relationship between BMI, length of sitting, and workload with this LBP can be used as input to develop health services.

Keywords: BMI, LBP, Length of Sitting, Workload

PENDAHULUAN

Berbagai upaya kesehatan dan keselamatan kerja seperti pencegahan terhadap Kecelakaan dan Penyakit Akibat Kerja merupakan upaya memberikan jaminan keselamatan dan memberikan derajat kesehatan padapara pekerja.¹

Low back pain merupakan salah satu gangguan *musculoskeletal* akibat dari ergonomi yang salah. Gejala utama *low back pain* adalah rasa nyeri didaerah tulang belakang bagian punggung. Secara umum nyeri ini disebabkan karena peregangan otot dan bertambahnya usia yang akan menyebabkan otot-otot punggung dan perut menjadi lemah.²

Nyeri punggung umum terjadi, di Inggris sekitar 60-80%. Nyeri punggung merupakan salah satu alasan utama untuk tidak bekerja dan setiap tahunnya jutaan hari kerja hilang akibat nyeripunggung.³ Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh *European Agency for Safety and Health at Work* pada 235 juta pekerja di 31 negara Eropa pada tahun 2007, diperoleh hasil sebanyak 25% pekerja mengalami

nyeri punggung dan 23% nyeri otot.⁴

Berdasarkan diagnosis yang telah dilakukan oleh tenaga kesehatan, prevalensi penyakit musculoskeletal di Indonesia sebesar 11,9% dan berdasarkan gejala prevalensi penyakit *musculoskeletal* di Indonesia mencapai 24,7%. Sedangkan, prevalensi penyakit musculoskeletal di Sumatera Selatan mencapai 15,6%.⁵

Menurut beberapa ahli, terdapat faktor-faktor yang menyebabkan terjadinya nyeri punggung bawah (NPB) yaitu factor pekerjaan, factor psikososial, factor individu, dan factor lingkungan. Faktor pekerjaan yang mempengaruhi NPB yaitu *Heavy manual labor, Manual material handling, Awkward postures, Static work, Whole body vibration, Slipping and falling*.⁶ Faktor psikososial yaitu *job content*, tekanan waktu atau mengintensifkan beban kerja, *job control*, dukungan social ditempat kerja dan kepuasan kerja. Faktor Individu yaitu usia, merokok, riwayat NPB, jenis kelamin, antropometri, indeks massa tubuh (IMT), kebiasaan olah raga, masa kerja beban kerja, dan jam kerjadan Faktor Lingkungan yaitu pencahayaan, getaran dan kebisingan.⁷

Penelitian yang dilakukan oleh Safitri (2016), penyebab *low back pain* yang paling sering adalah duduk terlalulama, sikap duduk yang salah, dan aktivitas yang berlebihan. Dari hasil penelitian tersebut didapatkan hubungan lama dan posisi duduk dengan kejadian *low back pain*. Faktor risiko yang dapat mempengaruhi timbulnya *lowback pain* antara lain umur, jenis kelamin, indeks massa tubuh (IMT), masa kerja, beban kerja dan kebiasaan olahraga.⁴ Selain itu, menurut penelitian yang dilakukan oleh Anggraeni menyatakan ada hubungan yang bermakna keluhan nyeri punggung bawah yang dialami dengan Indeks Masa Tubuh (IMT) (*p-value* 0.036).

Aparatur Sipil Negara (ASN) pada Sekretariat Daerah di Kabupaten Ogan Komering Ilir yang bekerja sebagai staf dikantor bias mempunyai risiko untuk terkena Penyakit Akibat Kerja (PAK). Salah satu risiko yang dialami ASN yang bekerja sebagai tenaga administrasi di kantor sekitar 20% ASN

mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Hal ini terjadi karena pekerja kantor sering melakukan posisi duduk dan lama duduk yang tidak sesuai sehingga terjadi keadaan postur yang kaku dan beban otot yang statis. Dari penelitian awal yang peneliti lakukan terhadap 10 ASN yang sering duduk lama saat bekerja didapati 8 orang ASN yang mengeluh nyeri punggung bawah saat mengerjakan pekerjaan lembur.

Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Nyeri Punggung Bawah Pada ASN”.

METODE

Penelitian *cross sectional* ini dilakukan pada tahun 2020 dengan jumlah sampel yaitu ASN di Sekretariat Daerah Kabupaten Ogan Komering Ilir sebanyak 52 orang. Sampel diambil dengan teknik *simple random sampling*. Data primer diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan SPSS ver 25.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN**Tabel 1. Indeks Massa Tubuh (IMT)**

No	Indeks Massa Tubuh (IMT)	Jumlah (N)	Presentase (%)
1.	Obesitas	30	57.69%
2.	TidakObesitas	22	42.30%
	Total	52	100%

Tabel 1 menunjukkan bahwa tidak sebanyak 22 orang (42,30%). respondendengan obesitas sebanyak 30 orang (57,69%) sedangkan yang

Tabel 2. Lama Duduk

No	Lama Duduk	Jumlah (N)	Presentase (%)
1.	Lama	25	48.07%
2.	Tidak	27	51.92%
	Total	52	100%

Tabel 2 menunjukkan bahwa orang (48,07%) sedangkan yang lama duduk diakui sebanyak 25 tidak sebanyak 27 orang (51,92%).

Tabel 3. Beban Kerja

No	BebanKerja	Jumlah (N)	Presentase (%)
1.	Berat	30	57.69%
2.	Ringan	22	42.30%
	Total	52	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa responden yang mengalami beban kerja berat sebanyak 30 orang (57,69%) sedangkan yang ringan sebanyak 22 orang (42,30%).

Tabel 4. Low Back Pain (LBP)

No	Low Back Pain (LBP)	Jumlah (N)	Presentase (%)
1.	Ya	30	57.69%
2.	Tidak	22	42.30%
	Total	52	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa responden yang mengalami LBP sebanyak 30 orang (57,69%)

sedangkan yang tidak sebanyak 22 orang (42,30%).

Tabel 5. Hubungan IMT, Lama Duduk, dan Beban Kerja dengan Low Back Pain (LBP)

IMT, Lama Duduk, dan Beban Kerja	LBP				n	%	pvalue
	Ya		Tidak				
	n	%	n	%			
Obesitas	20	66.66	10	45.45	30	57.69	0.008
Tidak Obesitas	10	33.33	12	54.54	22	42.30	
Lama	20	66.66	5	22.72	25	48.07	0.008
Tidak	10	33.33	17	77.27	27	51.92	
Berat Ringan	20	66.66	5	22.72	25	48.07	0.008
	10	33.33	17	77.27	27	51.92	
Total	30	100	22	100	52	100	100

Tabel 5 menunjukkan ada hubungan signifikan antara IMT, lama duduk, dan beban kerja dengan LBP ($p\text{ value}=0,008$).

obesitas sebanyak 20 orang dengan persentase (66.66%), sedangkan tidak sebanyak 10 orang (33.33%), yang tidak LBP dan tidak obesitas sebanyak 10 orang dengan persentase (45.45%), sedangkan yang LBP dengan obesitas sebanyak 12 orang dengan persentase (54.54%).

PEMBAHASAN

1. Dari table diatas, mengenai distribusi frekuensi responden menurut hubungan IMT dengan LBP diperoleh bahwa proporsi

2. Dari table diatas, mengenai

distribusi hubungan lama duduk dengan LBP, orang yang LBP yang mengaku duduk tidak lama sebanyak 20 orang dengan persentase (66.66%) sedangkan orang dengan LBP yang mengaku duduk lama sebanyak 10 orang dengan persentase (33.33%). Sedangkan orang yang tidak LBP mengaku duduk tidak lama sebanyak 5 orang dengan persentase (22.72%) sedangkan orang yang tidak LBP dan mengaku duduk lama sebanyak 17 orang dengan persentase (77.27%).

3. Dari table diatas, mengenai distribusi hubungan beban kerja dengan LBP, orang yang LBP yang mengaku beban kerja ringan sebanyak 20 orang dengan persentase (66.66%) sedangkan orang dengan LBP yang mengaku beban kerja berat sebanyak 10 orang dengan persentase (33.33%). Sedangkan orang yang tidak LBP mengaku beban kerja ringan sebanyak 5 orang dengan persentase (22.72%) sedangkan orang yang tidak LBP dan mengaku beban kerja berat sebanyak 17 orang dengan persentase (77.27%).

DAFTAR PUSTAKA

1. Johan Hutahuruk,. 2004. Cosmo politan. Jakarta :Eye Center
2. Berens, Conrad. 2005. *The Eye And Its Diseases*. Philadelphia : W.B. Saunders Co.
3. Bruce James, 2005, Lecture Notes OFTALMOLOGI. Jakarta: Erlangga Medical Series.
4. Dorland, W.A. Newman. 2002.. *Kamus Kedokteran Dorland*. Jakarta: EGC.
5. Harun, hanursyah. 1994. *Panduan Pemeriksaan Visus*. Jakarta: IROOPI

