

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*Low Back Pain* (LBP) merupakan salah satu jenis gangguan muskuloskeletal atau *Musculoskeletal disorders* (MSDs) akibat dari ergonomi yang salah. Gejala utama LBP ialah rasa nyeri di daerah punggung antara sudut bawah kosta (tulang rusuk) sampai *lumbosacral* (sekitar tulang ekor). Secara umum nyeri ini disebabkan karena peregangan otot dan bertambahnya usia yang akan menyebabkan otot-otot punggung dan perut melemah (Umami et al., 2014). LBP merupakan gejala utama yang dilaporkan kepada praktisi kesehatan berkaitan dengan menurunnya produktivitas kerja (Zulkaidah, 2011).

Analisis terbaru dari data *Global Burden of Disease* (2020), menunjukkan bahwa prevalensi penyakit muskuloskeletal mengalami peningkatan dalam beberapa tahun terakhir, dimana pada tahun 2017 sebesar 19,96%, tahun 2018 sebesar 20,16%, dan pada tahun 2019 meningkat menjadi 20,36%. Menurut GBD, sekitar 1,71 miliar orang memiliki kondisi muskuloskeletal di seluruh dunia. *Low back pain* merupakan penyumbang utama beban keseluruhan dari kondisi muskuloskeletal tersebut dengan prevalensi yang turut meningkat, dimana tahun 2017 sebanyak 551 juta orang (7,58%), tahun 2018 sebanyak 560 juta orang (7,61%), dan tahun 2019 meningkat menjadi 568 juta orang (7,64%). Hal ini membuat *low back pain* menjadi penyebab utama kecacatan di 160 negara (WHO, 2021).

Di Indonesia, berdasarkan Laporan Nasional Riskesdas tahun 2018, prevalensi penyakit muskuloskeletal, salah satunya *low back pain*, berdasarkan diagnosis dokter adalah sebesar 7,30%. Selain itu, terdapat sebanyak 13 provinsi yang memiliki prevalensi di atas presentasi nasional, salah satunya yaitu provinsi Papua, yang turut menempati urutan ke-empat tertinggi dengan prevalensi 10,43%. Sedangkan berdasarkan jenis pekerjaannya, kelompok PNS/TNI/Polri/BUMN/BUMD menempati urutan ketiga dengan angka prevalensi sebesar 7,46% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2019).

Menurut Yang et al. (2016), *low back pain* merupakan masalah kesehatan yang umum di tempat kerja, dan sebagian besar pekerja diperkirakan akan

mengalami gejala LBP selama masa kerja mereka. Adapun faktor risiko terjadinya LBP pada pekerja dapat dibedakan menjadi tiga faktor, yaitu faktor individu, faktor pekerjaan dan faktor lingkungan. Faktor individu seperti usia, jenis kelamin, indeks massa tubuh (IMT), masa kerja, kebiasaan merokok, tingkat kebugaran, dan abnormalitas struktur seperti scoliosis, lordosis maupun kifosis. Faktor pekerjaan yaitu beban kerja, postur kerja yang tidak ergonomi, waktu duduk yang relatif lama, dan gerakan repetitif. Faktor lingkungan seperti getaran dan kebisingan (A. J. Cole & Herring, 2003). Keluhan *low back pain* menjadi salah satu penyebab seseorang datang ke dokter. Umumnya gejala yang dirasakan adalah nyeri di pinggang yang kemudian menjalar ke tungkai bawah, penderita juga sering mengeluh adanya kesulitan mengubah posisi dari duduk ke posisi berdiri tegak (Istighfaricha, 2020). Kondisi LBP sering berkaitan dengan penyakit seperti *strains* dan *sprains*, herniasi diskus, degenerasi diskus (Corpora, 2020). Dampak LBP sangat serius apabila tidak ditangani dengan baik, dalam jangka panjang LBP dapat menyebabkan badan menjadi membungkuk, rasa nyeri terus menerus, hingga kelumpuhan (Umami et al., 2014). Nyeri tersebut pada akhirnya akan berkaitan dengan kondisi depresi, sehingga bisa mengganggu kualitas hidup dan menurunkan produktivitas kerja (WHO, 2013).

Salah satu jenis pekerjaan yang memiliki sikap dan postur kerja dominan duduk adalah pegawai kantoran. Seorang pegawai menghabiskan separuh waktunya untuk bekerja (8 jam/ hari selama 5 hari), dengan sikap kerja yang dominan duduk, membuat banyak dari mereka kurang bahkan tidak melakukan aktifitas peregangan otot secara teratur. Dalam keadaan posisi duduk, otot yang bekerja adalah otot punggung dan otot abdominal, sebagai penyeimbang dari kerja *erector spine*. Bekerja dalam posisi duduk yang janggal atau salah dalam waktu yang terlalu lama akan menyebabkan ketegangan pada otot-otot tersebut, dan peregangan *posterior longitudinal ligament* pada tulang belakang, serta membuat tekanan abnormal dari jaringan. Kondisi tersebut dapat menimbulkan keluhan yang berhubungan dengan sistem muskuloskeletal yaitu *low back pain* (Saputra, 2019). Oleh karena itu, seorang pekerja yang memiliki postur kerja dominan duduk hendaknya harus mengetahui posisi duduk yang ergonomi, seperti duduk tegak dengan posisi punggung tegak lurus dan bahu kebelakang, beban tubuh

terpusat pada satu titik agar seimbang, serta melakukan peregangan otot yang cukup seperti berdiri, berjalan atau peregangan sesaat di sekitar meja kerja tiap 30 – 45 menit, agar tulang punggung tetap sehat, kesegaran tubuh dapat kembali, dan konsentrasi dalam bekerja kembali (Oktaria, 2016)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mulfianda et al. (2021), diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara usia, IMT, dan postur kerja dengan kejadian *low back pain* (LBP). Penelitian oleh Widhyasari (2014), juga menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara usia dan postur kerja dengan keluhan LBP. Selain itu, penelitian oleh Lian et al. (2019), menyatakan bahwa posisi tubuh yang tidak ergonomis dan duduk terlalu lama merupakan salah satu faktor risiko LBP, sehingga penelitian tersebut menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara posisi duduk dan lama duduk dengan keluhan LBP. Penelitian oleh Zatadin (2018), juga menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara posisi duduk dan lama duduk dengan kejadian nyeri punggung bawah (NPB). Posisi duduk tidak ergonomis dan lama duduk  $\geq 4$  jam akan meningkatkan risiko terjadinya NPB.

Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura atau disingkat KKP Jayapura merupakan salah satu Unit Pelaksana Teknis (UPT) Kementerian Kesehatan yang berada di bawah dan bertanggung jawab kepada Direktur Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kementerian Kesehatan. Dalam organisasi dan tata kerja kantor, KKP terdiri dari Bagian Tata Usaha (TU), Bidang Pengendalian Karantina dan Surveilans Epidemiologi (PKSE), Bidang Pengendalian Risiko Lingkungan (PRL), Bidang Upaya Kesehatan dan Lintas Wilayah (UKLW), Wilayah Kerja, Kelompok Fungsional dan Instalasi. Dalam pekerjaannya, pegawai di KKP Jayapura bekerja selama 8 jam per hari dari pukul 08.00 – 16.00 WIT, dengan waktu istirahat 30 menit yaitu dari jam 12.00 – 12.30 WIT. Kegiatan kerja yang dilakukan diantaranya seperti perencanaan program, penyusunan program, pemantauan, evaluasi, penyusunan laporan, pelaporan, dan lain-lain, dimana pekerjaan tersebut sering dilakukan di dalam kantor, sehingga sikap dan postur kerja yang dimiliki pegawai di KKP Jayapura sebagian besar adalah sikap kerja duduk dengan rentang waktu yang lama. Hal tersebut membuat sebagian besar pegawai tidak banyak melakukan aktifitas peregangan otot.

Berdasarkan data *medical check up* tahun 2020 dan 2021, tercatat beberapa gangguan kesehatan yang dialami oleh pegawai KKP Jayapura. Salah satu gangguan kesehatan dengan angka prevalensi yang cukup tinggi dan mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya adalah penyakit *low back pain*, dimana kasus LBP pada tahun 2020 tercatat sebanyak 20 dari 62 pekerja (32,3%), dan pada tahun 2021 meningkat menjadi 34 dari 62 pekerja (54,8%). Kondisi tersebut membuat penyakit LBP menempati urutan pertama pada gangguan kesehatan yang dialami pegawai KKP tahun 2021. Peningkatan tersebut juga terjadi akibat adanya penambahan personil pegawai, namun angka beban kerja yang masih sama bahkan lebih tinggi, sehingga postur kerja yang dimiliki tetap sama yaitu sikap kerja duduk dengan rentang waktu yang lama. Kemudian, melalui wawancara bersama Kepala KKP Jayapura diketahui bahwa, dampak dari keluhan LBP membuat beberapa pegawai sulit untuk berkonsentrasi, hingga didapati beberapa pegawai yang tidak bisa masuk kerja dengan alasan sakit yang dirasakan pada bagian punggung maupun pinggang.

Berdasarkan uraian di atas dan karena selama ini belum pernah dilakukan identifikasi mengenai ergonomi serta bahaya potensial ergonomi yang kemungkinan dapat menimbulkan keluhan-keluhan kerja di KKP Jayapura, maka peneliti tertarik untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan data *medical check up* pegawai KKP Jayapura, kasus LBP mengalami peningkatan, dimana pada tahun 2020 tercatat sebesar 32,3%, dan pada tahun 2021 meningkat menjadi 54,8%. Kondisi tersebut membuat penyakit LBP menempati urutan pertama pada gangguan kesehatan yang dialami pegawai KKP tahun 2021. Keluhan LBP ini terjadi karena sikap dan postur kerja yang dimiliki pegawai dominan duduk dengan rentang waktu yang lama, membuat pegawai tidak banyak melakukan aktifitas peregangan otot. Oleh karena itu, peneliti ingin mengetahui tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan

*low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.

### 1.3 Pertanyaan Penelitian

Adapun pertanyaan dalam penelitian ini adalah:

1. Apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan *low back pain* (LBP) pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021?
2. Bagaimana gambaran keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021?
3. Bagaimana gambaran usia terhadap keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021?
4. Bagaimana gambaran indeks massa tubuh (IMT) terhadap keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021?
5. Bagaimana gambaran masa kerja terhadap keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021?
6. Bagaimana gambaran postur kerja terhadap keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021?
7. Bagaimana gambaran lama duduk terhadap keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021?
8. Adakah hubungan antara usia dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021?
9. Adakah hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021?

10. Adakah hubungan masa kerja dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021?
11. Adakah hubungan antara postur kerja dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021?
12. Adakah hubungan antara lama duduk dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021?

#### **1.4 Tujuan**

##### **1.4.1 Tujuan Umum**

Menganalisis faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.

##### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.
2. Mengetahui gambaran usia terhadap keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.
3. Mengetahui gambaran indeks massa tubuh (IMT) terhadap keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.
4. Mengetahui gambaran masa kerja terhadap keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.
5. Mengetahui gambaran postur kerja terhadap keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.

6. Mengetahui gambaran lama duduk terhadap keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.
7. Mengetahui hubungan antara usia dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.
8. Mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.
9. Mengetahui hubungan antara masa kerja dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.
10. Mengetahui hubungan antara postur kerja dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.
11. Mengetahui hubungan antara lama duduk dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Bagi Peneliti**

1. Menambah wawasan dan pengetahuan peneliti tentang kajian faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan *low back pain* (LBP) pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura Tahun 2021.
2. Menambah ketrampilan dan pengalaman dalam memperluas wawasan dan pengetahuan tentang kesehatan kerja serta pengembangan diri melalui penelitian lapangan.

### **1.5.2 Bagi Ilmu Pengetahuan**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kekayaan ilmu pengetahuan dan menjadi bahan bacaan tentang faktor-faktor yang

berhubungan dengan keluhan *low back pain* (LBP) pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura.

### **1.5.3 Bagi Pekerja**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi pekerja tentang postur kerja yang sesuai (ergonomis), sehingga pekerja dapat terhindar dari keluhan *low back pain* (LBP).

### **1.6 Ruang Lingkup**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura. Penelitian ini dilakukan karena berdasarkan data *medical check up*, kasus LBP mengalami peningkatan, dimana pada tahun 2020 tercatat sebesar 32,3%, dan pada tahun 2021 meningkat menjadi 54,8%. Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli – Februari 2022 di KKP Jayapura. Populasi dalam penelitian ini adalah pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura dengan jumlah 62 pegawai. Sampel pada penelitian ini adalah pegawai di Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas II Jayapura. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *total sampling*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan data primer yang diperoleh dari observasi dan pengukuran menggunakan lembar ROSA, dan data sekunder yang diperoleh dari data *medical check up* (MCU). Pengolahan data dilakukan menggunakan SPSS dengan uji *chi-square*.