

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sektor pertanian adalah salah satu jenis pekerjaan yang memiliki risiko yang tinggi bagi pekerja. Lingkungan yang ekstrim dan penggunaan teknologi dalam pengelolaan lahan yang masih tertinggal dibandingkan dengan wilayah lain dapat menentukan tingkat kesehatan dan keselamatan pada petani. Ketenagakerjaan informal merupakan jenis pekerjaan secara menyeluruh yang memberikan penghasilan atau pendapatan, baik pekerjaan mandiri maupun pekerjaan dengan gaji, yang tidak diakui, yang diatur dan dilindungi oleh hukum dan peraturan yang ada. Pelayanan kesehatan pada pekerja di bidang informal saat ini belum seimbang dengan beratnya pekerjaan yang dilakukan, akibatnya pekerja rentan mengalami masalah pada kesehatan seperti *Musculoskeletal Disorder* misalnya pada pekerja yang masih menggunakan sistem kerja yang tradisional (*International Labour Organization* (ILO) dalam Umami, 2014).

Kegiatan ataupun pekerjaan yang dilakukan seorang petani saat mencangkul, dan berbagai kegiatan yang dilakukan dengan posisi membungkuk dengan kondisi statis dan dalam waktu yang cukup lama, postur kerja dengan membungkuk dapat menyebabkan otot menjadi lebih tegang. Seorang pekerja dengan posisi membungkuk dalam waktu yang lama membutuhkan ketahanan otot yang lebih besar, dengan demikian pembebanan yang lebih besar pada tulang belakang akan memicu munculnya rasa nyeri pada muskuloskeletal (Wicaksono, 2011). Oleh karena itu petani akan rentan terkena nyeri punggung bawah miogenik yang diakibatkan posisi kerja yang tidak ergonomik dan adanya kelemahan pada otot inti.

Postur yang baik merupakan keadaan dimana otot dan rangka tubuh dapat bekerja dan berfungsi dengan seimbang dan melindungi struktur pendukung tubuh terhadap deformitas progresif atau cedera terlepas dari sikap (berbaring, jongkok, berdiri atau membungkuk) dimana struktur ini beristirahat atau bekerja, sedangkan postur yang buruk keadaan dimana terdapat adanya hubungan yang salah dari berbagai bagian tubuh yang dapat menghasilkan peningkatan ketegangan pada otot dan kerja otot menjadi tidak seimbang dan dapat menyebabkan penurunan fungsi, stabilitas sendi dan keseimbangan (Kendall et al, 2005).

Petani mencangkul pada posisi membungkuk dengan derajat bungkuk sebesar 51-60° menyatakan tidak nyaman, petani merasa nyaman ketika menggunakan ukuran batang cangkul 74 cm. Petani yang tergolong tinggi yaitu pada ukuran 1601-1800 cm ini lebih merasakan nyeri pada bagian punggung, pinggang, leher dan kaki. Nyeri itu dirasakan ketika mereka harus membungkuk, menjongkok, dan kepala menghadap kebawah. Petani juga bekerja selama >5jam/hari (Tyas.2015).

LBP merupakan rasa nyeri yang terjadi di daerah punggung bagian bawah dan dapat menjalar ke kaki terutama bagian belakang dan samping luar. Keluhan yang paling utama yaitu nyeri pada pinggang yang terjadi akibat teknik atau sikap kerja yang salah seperti pegal di pinggang yang sudah menahun, pinggang terasa sulit digerakkan dan terus-menerus lelah dan kaku. LBP mengacu pada nyeri yang mempengaruhi tulang belakang khususnya lumbal. LBP sering juga disebabkan oleh ketegangan otot atau bermasalahnya ligamen dan tendon yang mengelilingi lumbal (Ferguson, 2014).

LBP merupakan salah satu dari *musculoskeletal disorders*. *Musculoskeletal disorders* bisa menyerang sendi, tendon dan otot pada seluruh bagian tubuh. Pada data di Inggris pada tahun 2016-2017 menunjukkan bahwa dari 1.299.000 pekerja, 507.000 diantaranya tercatat mengalami *musculoskeletal disorder*, dan kasus yang menyerang punggung bawah tercatat sebanyak 84.000 dengan rerata 260 kasus per 100.000 pekerja. Data di Inggris kejadian nyeri pada punggung bawah paling banyak dialami oleh pekerja konstruksi dan pertanian (Health and Safety Executive, 2017). Namun LBP di Indonesia lebih sering dijumpai pada golongan usia 40 tahun. Secara menyeluruh LBP merupakan keluhan yang paling banyak ditemukan dengan angka prevalensi mencapai 494. Terdapat sekitar 8046 - 904 mereka yang mengalami LBP tidak melakukan usaha ataupun penanganan untuk mengatasi timbulnya gejala tersebut (Kreshnanda, 2016).

LBP sering terjadi pada pekerja yang sehari-harinya melakukan kegiatan mengangkat benda berat dan melakukan pekerjaan berulang dengan menggunakan posisi yang sama (Hayashi, 2004). Beberapa kegiatan yang dapat mengacu seperti mengangkat beban yang terlalu berat dan duduk lama (terutama di kursi mobil yang dirancang dengan buruk) dapat memicu kejadian LBP (Ehrlich, 2003). Salah satu pekerjaan yang memiliki resiko besar dalam kaitannya dengan LBP adalah buruh angkut dan petani. Rata-rata petani mencangkul dengan posisi yang sama dan dalam waktu yang lama sehingga dapat meningkatkan resiko terkena LBP (Kreshnanda, 2016).

Faktor-faktor yang mendasari terjadinya LBP yaitu faktor usia dan faktor pekerja pada umumnya keluhan muskuloskeletal mulai dirasakan dari usia kerja 25-65 tahun. Oleh karena itu meningkatnya usia maka akan terjadi degenerasi tulang dan keadaan ini mulai terjadi disaat berusia 30 tahun. Pada usia 30 tahun terjadi degenerasi berupa penggantian jaringan menjadi jaringan parut, kerusakan jaringan dan pengurangan cairan. Hal tersebut menyebabkan stabilitas pada otot dan tulang dapat menjadi berkurang. Semakin tuanya usia seseorang, maka akan semakin tinggi pula resiko seseorang tersebut dapat mengalami penurunan elastisitas pada tulang yang dapat menjadi pemicu timbulnya gejala LBP.

LBP miogenik adalah nyeri yang berkaitan dengan bagaimana tulang, ligamen dan otot punggung bekerja. Nyeri dapat menjadi masalah jika berpengaruh terhadap cara kita menjalani atau mengganggu aktifitas kehidupan. LBP miogenik adalah nyeri di sekitar punggung bawah yang disebabkan adanya gangguan atau kelainan pada muskuloskeletal vertebra thoracal 12 sampai bawah pinggul. Keluhan LBP ini dapat menimbulkan spasme otot punggung bawah sehingga menyebabkan ketidakseimbangan otot sehingga stabilitas otot perut dan punggung bagian bawah menurun, nyeri, dan mobilitas lumbal terbatas sehingga mengakibatkan aktifitas fungsional menurun (Susanti, 2012).

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan alat ukur *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) untuk menilai postur kerja secara menyeluruh, baik dinamis, statis, ataupun yang tidak stabil. Sedangkan untuk Keluhan muskuloskeletal dapat diukur dengan menggunakan kuesioner *modified oswestry disability index*. merupakan instrumen yang berisi daftar pertanyaan atau kuisisioner yang dirancang untuk memberikan informasi seberapa besar tingkat disabilitas punggung bawah miogenik dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

B. Identifikasi masalah

Hal yang mendorong peneliti mengambil judul hubungan posisi ergonomik mencangkul terhadap keluhan LBP miogenik pada petani di desa punti kalo kabupaten tebo adalah karena selama ini penderita LBP miogenik sangat banyak dan masih sering diabaikan dalam program rehabilitasi LBP miogenik, jarang proses rehabilitasi LBP miogenik dimulai dari membangun kesadaran/*awareness* tentang aktivitas fisik yang baik, dengan melibatkan posture yang baik.

Hal ini penting karena pasien LBP miogenik mempunyai permasalahan diantaranya adalah:

1. Spasme otot punggung bawah yang menyebabkan ketidakseimbangan otot sehingga stabilitas otot perut dan punggung bagian bawah menurun, mobilitas lumbal terbatas sehingga mengakibatkan aktifitas fungsional menurun.
2. Nyeri pada persendian sehingga mengakibatkan perubahan sudut tubuh, bengkak pada persendian atau ruas tubuh dan pergerakan sendi yang terbatas.
3. Nyeri di sekitar punggung bawah yang disebabkan oleh gangguan atau kelainan pada musculoskeletal vertebra thoracal 12 sampai bawah pinggul.

Sehingga sangat sesuai jika masalah-masalah diatas diteliti dengan menghubungkan antara posisi ergonomik mencangkul terhadap keluhan LBP miogenik karena pandangan terhadap LBP juga membangun *body schema/body awareness* dengan menitikberatkan pencapaian postural yang baik dan aktivitas yang baik sebagai pondasi gerak selektif dan aktifitas fungsional.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah: Apakah ada hubungan posisi ergonomik mencangkul terhadap keluhan LBP Miogenik pada petani di desa Punti Kalo Kabupaten Tebo?

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan posisi ergonomik mencangkul terhadap keluhan LBP miogenik pada petani.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan Fisioterapi

Penelitian ini bermanfaat sebagai bahan referensi bagi penelitian selanjutnya atau bagi pihak-pihak yang akan melakukan penelitian tentang hubungan posisi ergonomik mencangkul terhadap keluhan LBP miogenik.

2. Bagi Institusi pelayanan fisioterapi

Menambah wawasan dan pengetahuan fisioterapi dalam bidang kesehatan fisik mengenai hubungan posisi ergonomik mencangkul terhadap keluhan LBP miogenik pada petani sehingga dapat digunakan menjadi dasar untuk penerapan terapi dalam praktek klinis serta menjadi dasar penelitian dan pengembangan ilmu fisioterapi di

masa yang akan datang.

3. Bagi peneliti

Menambah pengetahuan dan wawasan baru tentang hubungan posisi ergonomik mencangkul terhadap keluhan LBP miogenik