

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan Keselamatan Kerja (K3) merupakan suatu upaya untuk menciptakan lingkungan kerja yang sehat dan aman yang dapat mengurangi kemungkinan terjadinya kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja. Menurut Peraturan Pemerintah No. 88 Tahun 2019 tentang kesehatan kerja, kesehatan kerja adalah upaya untuk melindungi setiap pekerja di tempat kerja, agar hidup sehat dan bebas dari keadaan yang beresiko meliputi gangguan fisik, mental, emosional, dan rasa sakit yang disebabkan oleh tempat kerja seperti kecelakaan kerja ataupun Penyakit Akibat Kerja (PAK). Penyakit akibat kerja adalah penyakit yang disebabkan oleh pekerjaan dan lingkungan kerja tersebut (Republik Indonesia, 2019).

Pekerjaan yang berada didepan komputer tanpa disadari penggunaan komputer dalam jangka waktu yang lama dapat menimbulkan masalah kesehatan secara fisik maupun mental pada pekerja tersebut (Sekeon et al., 2021). Penyakit akibat kerja ini timbul karena hubungan kerja yang disebabkan oleh pekerjaan dan sikap kerja. Salah satu penyakit akibat kerja didepan komputer adalah gangguan tulang belakang atau nyeri punggung bawah. Nyeri punggung bawah yang timbul karena posisi statis dalam bekerja dan berkelanjutan dapat mengakibatkan kehilangan jam kerja sehingga mengganggu produktivitas kerja (Suryadi & Rachmawati, 2020).

Nyeri punggung bawah merupakan rasa nyeri yang terjadi di daerah punggung bagian bawah dan dapat menjalar ke kaki terutama bagian belakang (Sahara & Pristya, 2020). Gejala yang sering dikeluhkan penderita nyeri punggung bawah berupa rasa sakit, kekakuan, dan rasa tegang pada leher maupun punggung. Keluhan dapat bertambah buruk dengan postur tubuh saat berdiri atau duduk yang tidak sesuai, terlalu menunduk, membungkuk, dan gerakan yang berulang dalam waktu yang lama (Latifah et al., 2022). Kondisi ini bisa dicegah dengan memperhatikan aspek ergonomi dalam bekerja. Ergonomi dapat diartikan sebagai upaya menciptakan keselamatan kerja dan kesehatan bagi tenaga kerja agar mampu menciptakan peningkatan produktivitas dalam pekerjaan (Pramana. I. G. B. T., 2020).

Di dunia, *Low Back Pain* (LBP) atau nyeri punggung bawah meningkat secara substansial karena kerusakan tulang. LBP menjadi penyebab utama pembatasan aktivitas dan absen kerja di sebagian besar dunia, dan menyebabkan beban ekonomi yang sangat besar pada individu, keluarga, komunitas, industri, dan pemerintah. (Saputra, 2020). Menurut *World Health Organization* (WHO), sebanyak 1,71 miliar orang di seluruh dunia menderita gangguan muskuloskeletal dan nyeri punggung bawah adalah penyebab utama kecacatan di 160 negara dan membutuhkan layanan rehabilitasi di 134 dari 204 negara yang dianalisis. Nyeri punggung bawah menjadi beban penyakit tertinggi secara global sebanyak 568 juta orang dan 64 juta *Years Live with Disability* (YLD) (Rahmawaty & Kurniawidjaja, 2022).

Berdasarkan data dari *National Health Interview Survey* (NHIS) tahun 2019, kejadian *Low Back Pain* sebanyak 39% pada orang dewasa (18 tahun ke atas) di Amerika Serikat dan meningkat seiring bertambahnya usia, mulai dari 28,4% (18-29 tahun), 35,2% (30-44 tahun), 44,3% (45-64 tahun), dan 45,6% (65 tahun ke atas) (Lucas et al., 2021). Selain bertambahnya usia, penyebab yang paling sering terjadi pada nyeri punggung bawah adalah duduk terlalu lama, sikap duduk yang salah, postur tubuh yang tidak ideal, aktivitas yang berlebihan, serta trauma (Assyifa, 2021).

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar 2018, prevalensi penyakit muskuloskeletal di Indonesia yang pernah di diagnosis oleh tenaga kesehatan yaitu 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala yaitu 24,7%. Jumlah penderita nyeri punggung bawah di Indonesia tidak diketahui pasti, namun diperkirakan antara 7,6% sampai 37% (Novisca et al, 2021). Beberapa faktor seperti kerja berlebihan, ketegangan otot, cedera otot dan nyeri punggung bawah non-spesifik dapat memicu timbulnya nyeri punggung bawah. Selain itu faktor usia, obesitas, posisi bekerja menjadi pemicu timbulnya nyeri punggung bawah (Putri et al., 2020).

Dalam penelitian (Br Silitonga & Utami, 2021) pada nelayan di Kelurahan Belawan II terdapat dua kategori yaitu usia ≥ 30 tahun dan usia < 30 tahun. Responden dengan usia ≥ 30 tahun sebanyak 66 orang dan responden dengan usia < 30 tahun sebanyak 4 orang. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa menolak H_0 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan keluhan nyeri punggung bawah ($p=0,004$). Menurut (Keluhan et al., 2018) Bahwa usia ≥ 30 tahun sangat berisiko menderita keluhan nyeri pada punggung bawah dikarenakan bertambahnya usia seseorang maka kekuatan otot tubuh pun semakin menurun dan bertambahnya usia pada pekerja yang dapat meningkatkan resiko mengalami pengurangan elastisitas pada tulang dan stabilitas pada otot.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Made Melvin Risma Putra et al., 2022) pada pegawai bank di Kabupaten Gianyar menyatakan bahwa, (48%) pekerja dengan lama kerja < 8 jam per hari tidak menderita nyeri punggung bawah dibandingkan dengan (80%) > 8 jam per hari mengalami nyeri punggung bawah. Hal tersebut dapat terjadi ketika duduk dalam jangka waktu lama dengan posisi statis dapat menimbulkan otot punggung bawah meregang sehingga menjadi spasme dan menjadi inflamasi. selama satu minggu bekerja umumnya seseorang mampu bekerja optimal selama 40-50 jam, jika lebih maka kemungkinan terjadi sesuatu yang tidak diinginkan untuk tenaga kerja tersebut dan pekerjaan yang dilaksanakan akan terjadi. Semakin lama waktu kerja selama satu minggu dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya hal- hal negatif. Pada total 40 jam seminggu bisa dibagi 5/6 hari kerja mengikuti beberapa hal, sedangkan bekerja 5 hari dalam 40 jam kerja selama merupakan suatu hal yang dilakukan dan makin di implementasikan dimana-mana.

Menurut (Saputra, 2020) pada pekerja pengrajin batik di Sanggar Batik Semarang, dari 10 responden (27,8%) yang memiliki masa kerja yang berisiko (≥ 5 tahun), terdapat 5 responden (13,89%) memiliki risiko sangat tinggi nyeri punggung bawah, 4 responden (11,11%), memiliki risiko nyeri punggung bawah tinggi, dan 1 responden (2,78%) memiliki risiko nyeri punggung bawah rendah. Pada 26 responden (72,2%) yang memiliki masa kerja tidak berisiko (< 5 tahun), terdapat 7 responden (19,44%) memiliki risiko nyeri punggung bawah sangat tinggi, 3 responden (8,33%) memiliki risiko nyeri punggung bawah tinggi dan 16 responden (44,44%) memiliki risiko nyeri punggung bawah rendah. Hasil analisis diperoleh keterangan nilai PC (Pearson *Chi square*) sebesar 8,225 yang berarti semakin tinggi nilai PC maka akan semakin berhubungan. Sig 0,016 yang berarti semakin kecil nilai sig maka akan semakin signifikan. Nilai perhitungan PC 6,936 dengan sig 0,016 < 0,05 sehingga H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara masa kerja terhadap keluhan nyeri punggung bawah pada pengrajin batik di Batik Semarang.

Berdasarkan hasil analisis postur tubuh dengan menggunakan metode ROSA yang dilakukan (Mardiyanti, 2021) pada pekerja pengguna komputer diperoleh skor akhir yaitu 8 yang menunjukkan bahwa diperlukan pengkajian lebih lanjut dan harus ada intervensi yang dilakukan untuk meminimalisir terjadinya ketidaknyamanan maupun cedera di tempat kerja. Sumbangan terbesar tingginya skor ROSA berasal dari bagian C (*mouse* dan *keyboard*). Posisi *mouse* dan *keyboard* yang lebih tinggi dari tinggi siku duduk menjadi faktor utama penyebab tingginya skor ROSA.

Postur tubuh dirancang secara alami untuk mengurangi nyeri punggung. Posisi kerja yang tidak tepat seringkali disebabkan oleh letak fasilitas yang kurang tepat sehingga mempengaruhi kinerja pekerja tersebut. Postur kerja yang tidak wajar, seperti postur kerja yang selalu duduk di depan komputer dalam jangka waktu lama akan menimbulkan rasa tidak nyaman dan nyeri pada salah satu anggota tubuh tersebut. Dari postur kerja yang tidak wajar ini dapat menyebabkan nyeri punggung bawah atau keluhan *low back pain* saat bekerja, terutama pada bagian punggung, lengan, tangan, bahu, pinggul, pinggang, dan kaki (Suryadi & Rachmawati, 2020).

Rumah Sakit Umum (RSU) Bunda Jakarta bergerak dalam bidang pelayanan jasa bagian kesehatan. RSU Bunda Jakarta diresmikan oleh Menteri Kesehatan Indonesia tepatnya pada tanggal 12 September 2012. Dalam menjalankan operasional bisnisnya, RSU Bunda Jakarta dikelola manajemen beserta staf yang bekerja di *back office*. Manajemen dan staf bertugas membuat perencanaan, pengelolaan sumber daya manusia, peralatan, keuangan dan sebagainya. Gambaran umum proses kerja pada pekerja bagian *back office* yaitu sebagian besar dilakukan di meja kerja dengan menggunakan komputer. Pekerja bekerja selama 8-9 jam/hari namun ada pula jam tambahan (lembur) jika diperlukan untuk menyelesaikan pekerjaan. Pekerja menggunakan komputer dengan posisi duduk yang statis dalam waktu yang cukup lama dan terus menerus yang dapat menimbulkan rasa tidak nyaman dan nyeri pada punggung. Identifikasi bahaya dan risiko (HIRARC) sudah dilakukan oleh unit K3RS tetapi program ergonomi kerja untuk seluruh karyawan khususnya pekerja di *back office* yang menghabiskan waktu di depan komputer karena berkaitan dengan pembuatan dokumen, belum bisa di implementasikan untuk saat ini, karena fasilitas untuk alat komunikasi tidak memadai. Untuk itu unit K3RS memasang media komunikasi seperti poster untuk bekerja didepan komputer guna untuk mengurangi risiko nyeri punggung atau sakit otot lainnya yang dirasa merupakan dampak dari posisi kerja yang tidak ergonomis.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di RSU Bunda Jakarta bagian *back office* pada bulan Juni 2023, sebagai observasi awal untuk mengetahui nyeri punggung bawah terhadap pekerja bagian *back office* sebanyak 10 responden dengan menyebarkan kuesioner *Nordic Body Map* (NBM). Diketahui bahwa sebanyak 8 orang responden yang mengalami nyeri punggung bawah, orang responden yang mengalami nyeri pinggul dan 6 orang responden yang mengalami nyeri leher atas dan tengkuk. Kemudian peneliti melakukan wawancara dengan

pekerja, wawancara tersebut memaparkan nyeri yang dirasakan pada daerah punggung bagian belakang bawah, pinggul dan leher atas untuk bekerja didepan komputer yang terlalu lama dan nantinya akan berpengaruh pada risiko kesehatan pekerja dalam jangka waktu yang lama.

Berdasarkan data tersebut, risiko nyeri punggung bawah akibat pekerjaan didepan komputer dapat terjadi pada pekerja bagian *back office*. Pengukuran terhadap tingkat nyeri punggung bawah pada pekerja perlu dilakukan sebagai bentuk langkah pencegahan dan pengendalian terhadap risiko nyeri punggung bawah pada pekerja tersebut. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan mengangkat judul “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Risiko Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Bagian *Back office* di RSUD Bunda Jakarta Tahun 2023”.

1.2 Rumusan Masalah

Rumah Sakit Umum Bunda Jakarta bergerak dalam bidang pelayanan kesehatan. Pekerja bagian *back office* bekerja dan menghabiskan waktu berjam-jam di tempat kerja dengan sikap kerja yang tidak ergonomis. Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 responden di bagian *back office* diketahui bahwa sebanyak 8 orang responden yang mengalami nyeri punggung bawah, 7 orang responden yang mengalami nyeri pinggul dan 6 orang responden yang mengalami nyeri leher atas dan tengkuk. Berdasarkan permasalahan di atas, maka peneliti mengambil rumusan masalah sebagai berikut: “Faktor-faktor apa saja yang Berhubungan Dengan Risiko Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Bagian *Back office* di RSUD Bunda Jakarta Tahun 2023”.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan nyeri punggung bawah pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023?
2. Bagaimana gambaran nyeri punggung bawah pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023?
3. Bagaimana gambaran usia pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023?
4. Bagaimana gambaran masa kerja pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023?

5. Bagaimana gambaran lama kerja pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023?
6. Bagaimana gambaran postur kerja pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023?
7. Apakah ada hubungan antara usia dengan nyeri punggung bawah pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023?
8. Apakah ada hubungan antara masa kerja dengan nyeri punggung bawah pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023?
9. Apakah ada hubungan antara lama kerja dengan nyeri punggung bawah pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023?
10. Apakah ada hubungan antara postur kerja dengan nyeri punggung bawah pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Risiko Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Bagian *Back office* di RSUD Bunda Jakarta Tahun 2023.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan nyeri punggung bawah pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023.
2. Mengetahui gambaran nyeri punggung bawah pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023.
3. Mengetahui gambaran usia pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023.
4. Mengetahui gambaran masa kerja pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023.
5. Mengetahui gambaran lama kerja pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023.
6. Mengetahui gambaran postur kerja pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023.

7. Mengetahui hubungan antara usia dengan nyeri punggung bawah pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023.
8. Mengetahui hubungan antara masa kerja dengan nyeri punggung bawah pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023.
9. Mengetahui hubungan antara lama kerja dengan nyeri punggung bawah pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023.
10. Mengetahui hubungan antara postur kerja dengan nyeri punggung bawah pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian dapat menjadi bahan masukan perbaikan dan memberikan informasi mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi risiko nyeri punggung bawah pada pekerja, agar rumah sakit lebih meningkatkan perhatian terhadap permasalahan ergonomi pada pekerja.

1.5.2 Bagi Universitas Esa Unggul

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan serta wawasan dalam bidang ilmu Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) serta mengembangkan penelitian terkait dengan judul Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Risiko Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta Tahun 2023.

1.5.3 Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan risiko nyeri punggung bawah serta dapat menambah referensi melalui penelitian tersebut.

1.6 Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan nyeri punggung bawah pada pekerja bagian *back office* di RSUD Bunda Jakarta tahun 2023. Penelitian ini perlu dilakukan karena berdasarkan observasi peneliti kepada 10 pekerja bagian *back office* mengalami nyeri punggung bawah. Hal tersebut jika diabaikan akan berpengaruh pada penurunan produktivitas pekerja selama melakukan pekerjaannya.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Juni 2023 – Februari 2024 dan subjek penelitian ini adalah seluruh pekerja yang bekerja di depan komputer bagian *back office* RSUD Bunda Jakarta berjumlah 30 orang. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*. Metode pengumpulan data yang dilakukan dengan cara pengumpulan data primer yaitu dengan penyebaran kuesioner nyeri punggung bawah dan observasi menggunakan lembar kerja metode *Rapid Office Strain Assessment* (ROSA). Analisis data menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat.