

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bekerja di kantor, di pabrik, di pasar dan di rumah tidak terlepas dari posisi duduk. Dalam melakukan pekerjaan, pekerja diuntut menggunakan beberapa posisi tubuh seperti, posisi duduk tegak (statis), posisi duduk membungkuk dan posisi setengah duduk. Posisi duduk merupakan posisi yang paling baik dalam melakukan pekerjaan. Bekerja performa duduk lama dan statis akan menimbulkan ketegangan pada vertebralis terutama pada *lumbur*. (Gempur, 2013).

Menurut penelitian, posisi duduk kerja dapat memberi tekanan pada punggung bawah yang cukup berat dan menimbulkan nyeri punggung bawah pada pekerja. Sama halnya dengan posisi duduk yang terlalu lama dapat menyebabkan beban yang berlebihan pada vertebra lumbal sehingga menimbulkan nyeri pada punggung bawah. Prevalensi NBP karena posisi duduk besarnya 39,7%, dimana 12,6% sering menimbulkan keluhan; 1,2% kadang-kadang menimbulkan keluhan dan 26,9% jarang menimbulkan keluhan. (Samara, et al, 2005).

Nyeri punggung bawah (NPB) merupakan gangguan musculoskeletal yang palingsering di dalam aktivitas kerja. Kajadian kecelakaan atau penyakit akibat kerja salah satu resiko keselamatan dan kesehatan kerja adalah *Low back pain (LBP)*. Nyeri pinggang bawah (LBP) merupakan rasa nyeri, ngilu, pegel yang terjadi di daerah pinggang bagian bawah Pekerjaan yang mengharuskan pekerja

menggunakan posisi duduk, posisi duduk beresiko tinggi terjadi nyeri pinggang bawah (LBP). Salah satu pekerjaan yang menggunakan posisi duduk adalah operator menjahit. (Bimaariotejo, 2012).

Menurut penelitian orang dewasa 60% mengalami nyeri punggung bawah karena masalah duduk. Setelah duduk selama 15-20 menit, otot-otot punggung biasanya mulai letih. Maka mulai di rasakan nyeri punggung bawah. Penelitian terhadap murid sekolah di Skandinavia menemukan 41,6% yang menderita nyeri punggung bawah selama duduk di kelas, terdiri dari 30% yang duduk selama satu jam dan 70% yang duduk lebih dari satu jam (Samara, 2009).

Nyeri punggung bawah merupakan penyebab utama dari ketidak hadiran kerja di Inggris (*Chartered Institute Of Personnel and Development*, 2009), diperkirakan sekitar 3,5 juta hari kerja hilang tahun 2007/2009 karena gangguan musculoskeletal terutama nyeri punggung bawah (*Health And Safety Executive*, 2009). Nyeri pinggang bawah merupakan keluhan yang banyak di jumpai terutama di negara-negara industri. Pada salah satu literature menyebutkan di Finlandia hampir 80% pekerja pernah mengalami keluhan nyeri punggung bawah selama mereka masih aktif bekerja (Andersson GBJ, 1995).

Hampir 80% penduduk di negara industri pernah mengalami nyeri punggung bawah. Di Amerika Serikat prevalensinya dalam satu tahun berkisar antara 15%-20% sedangkan insidensi berdasarkan kunjungan pasien baru ke dokter adalah 14,3%. Data epidemiologi mengenai nyeri punggung bawah di Indonesia belum ada. Di perkirakan 40% penduduk Jawa Tengah berusia 65 tahun pernah menderita nyeri pinggang dan prevalensinya pada laki-laki 18,2% dan pada wanita 13,6%. Prevalensi ini meningkat sesuai dengan meningkatnya usia

insidensi berdasarkan pasca kunjungan ke beberapa rumah sakit di Indonesia berkisar antara 3%-17%.

Sekitar 60-80% dari seluruh penduduk dunia pernah mengalami paling tidak satu episode nyeri punggung bawah selama hidupnya. Kelompok studi nyeri PERDOSSI (Persatuan Dokter Spesialis Saraf Indonesia) melakukan penelitian pada bulan Mei 2002 di 14 rumah sakit pendidikan, dengan hasil menunjukkan bahwa kejadian nyeri pinggang bawah meliputi 1.598 orang (35,86%). (Samara, 2005).

World Health Organization (WHO) mengatakan bahwa 2%-5% dari karyawan di negara industri tiap tahun mengalami Nyeri Punggung Bawah (NPB), dan 15% dari absenteisme di industri baja serta industri perdagangan disebabkan karena NPB. Data statistik Amerika Serikat memperlihatkan angka kejadian sebesar 15%-20% per tahun. Sebanyak 90% kasus nyeri punggung bukan disebabkan oleh kelainan organik, melainkan oleh kesalahan posisi tubuh dalam bekerja. Nyeri pinggang menyebabkan lebih banyak waktu hilang dari pada pemogokan kerja sebanyak 20 juta hari kerja karenanya (Muheri, 2010).

NPB adalah masalah yang banyak dihadapi oleh banyak negara dan menimbulkan banyak kerugian. Dilihat dari data yang dikumpulkan dari penelitian Pusat Riset dan Pengembangan Pusat Ekologi Kesehatan, Departemen Kesehatan yang melibatkan 800 orang dari 8 sektor informal di Indonesia menunjukkan keluhan NPB dialami oleh 31,6% petani kelapa sawit di Riau, 21% perajin wayang kulit di Yogyakarta, 18% perajin onix di Jawa Barat, 16% penambang emas di Kalimantan Barat, 14,9% perajin sepatu di Bogor dan 8% perajin kuningan di Jawa Tengah. Selain itu, perajin batu bata di Lampung dan

nelayan di DKI Jakarta menderita keluhan NPB masing-masing 76,7% dan 41,6% (Heriyanto, 2004).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Mutia Osni, tahun 2012, dengan judul Gambaran faktor risiko ergonomi dan keluhan subjektif terhadap gangguan Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada penjahit sector informal kota Tangerang pada tahun 2012. Dalam penelitiannya menyebutkan bahwa, dari 41 responden pada bagian membuat dan memotong pola pakaian terdapat sebanyak 88% pekerja mengalami keluhan pada leher bagian atas. Pada bagian menjahit dari 220 responden terdapat 96% atau 212 responden mengalami keluhan nyeri pada bagian punggung.

Pekerjaan menjahit dilakukan dalam posisi duduk yang cukup lama, kurang lebih 4-8 jam per hari dan dilakukan terus menerus. Postur/ posisi kerja di tempat kerja perlu diperhatikan karena jika postur kerja tidak ergonomis dipertahanan pada waktu yang cukup lama dapat mengakibatkan timbulnya keluhan rasa sakit seperti ngilu, pegel-pegel, bahkan bisa mengakibatkan kram otot di bagian tubuh tertentu (Samara, 2009).

Pasar tanah pasir merupakan salah satu pasar tradisional yang menjual berbagai macam kebutuhan rumah tangga baik berupa kebutuhan primer seperti kebutuhan rumah tangga, dan lain-lain. Maupun kebutuhan sekunder seperti pakaian, alat elektronik dan lain-lain. Di zaman modern sekarang ini perkembangan dunia moda sangat berkembang pesat dengan pakaian yang berbagai macam desain dan merek. Masyarakat yang tinggal lingkungan pasar tanah pasir kebanyakan dengan status ekonomi menengah ke bawah. Jika masyarakat membeli pakaian terkadang belum pas dengan ukuran badan

kemudian memodifikasi pakaiannya ke penjahit pinggir jalan atau sering disebut vermak levis. Pasar Tanah Pasir terletak di jl. Tanah Pasir 007/012, Kecamatan Penjaringan Jakarta Utara.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara awal dengan 6 orang penjahit vermak levis Di Pasar Tanah Pasir di dapatkan, pekerja vermak levis melakukan pekerjaannya 2-6 jam dalam sehari, bahkan jika lagi ramai bisa mencapai 12 jam sehari dengan posisi duduk membungkuk kedepan dan kepala menunduk, posisi duduk memutar kiri dan kanan, duduk yang terlalu lama dalam satu posisi. Posisi duduk yang salah dan duduk terlalu lama dan kursi yang tidak ergonomi menyebabkan timbulnya keluhan nyeri punggung bawah.

Dari data yang telah di jelaskan diatas dapat disimpulkan bahwa pekerjaan menjahit yang dilakukan oleh pekerja penjahit hampir seluruhnya menggunakan posisi duduk yang terlalu lama dan kursi yang tidak ergonomi. Sehingga membuat peneliti tertarik mengambil judul tentang” Hubungan Posisi Duduk Dengan Nyeri punggung Bawah Pada Penjahit Vermak Levis Di Pasar Tanah Pasir”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan yang telah diuraikan di latar belakang, maka dari itu masalah-masalah dalam penelitian ini dapat di identifikasi yaitu munculnya keluhan nyeri pinggang bawah dapat disebabkan oleh beberapa faktor adalah sebagai berikut :

a. Duduk lama

Duduk lama dengan posisi yang salah dapat menyebabkan otot punggung bawah menjadi tegang dan dapat merusak jaringan lunak sekitarnya. Bila

keadaan ini berlanjut, akan menyebabkan penekanan pada bantalan saraf tulang belakang yang mengakibatkan hernia nukleus pulposus (Idyan, 2007).

Duduk lama mengakibatkan ketegangan dan keregangan ligamentum dan otot tulang belakang sehingga mengakibatkan nyeri pinggang bawah. nyeri pinggang bawah berkaitan dengan duduk selama lebih dari 4 jam (samara, 2009).

b. Posisi duduk yang salah

Selain lamanya duduk, sikap duduk turut mempengaruhi risiko nyeri punggung bawah. Sikap tubuh yang salah selama duduk membuat tekanan abnormal dari jaringan sehingga menyebabkan rasa sakit. (Samara, 2004).

c. Kursi yang tidak ergonomi

Desain kursi yang tidak ergonomic di tempat kerja seperti kursi yang tidak memakai sandaran dan bantalan tempat duduk dapat menjadi salah satu factor yang mempengaruhi terjadinya keluhan nyeri pingggang.

d. Postur tubuh (antropometri)

Walaupun pengaruhnya relative kecil, ukuran tubuh merupakan factor terjadinya keluhan sistem musculoskeletal. Dalam suatu penelitian menyatakan bahwa pada tubuh yang tinggi umumnya sering menderita keluhan sakit punggung.

1.3 Pembatasan Masalah

Karena posisi duduk sangat berpengaruh terhadap timbulnya keluhan nyeri punggung. Maka, oleh karena itu penulis melakukan pembatasan masalah, penulis akan dibatasi pada hubungan posisi duduk dengan efek munculnya nyeri

punggung bawah. Di bandingkan dengan variabel yang lain seperti duduk lama, kursi yang tidak ergonomi dan postur tubuh.

1.4 Perumusan Masalah

Ditinjau dari latar belakang dan ruang lingkup permasalahan nyeri pinggang bawah maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: apakah ada hubungan posisi duduk dengan nyeri punggung bawah pada penjahit vermak levis di Pasar Tanah Pasir?

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan posisi duduk dengan munculnya nyeri punggung bawah pada penjahit vermak levis di Pasar Tanah Pasir.

1.5.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi posisi duduk yang dilakukan oleh penjahit vermak levis di Pasar Tanah Pasir.
- b. Mengidentifikasi keluhan nyeri punggung pada penjahit vermak levis di Pasar Tanah Pasir.
- c. Menganalisis hubungan antara timbulnya nyeri punggung bawah dengan posisi duduk yang dilakukan penjahit vermak levis di Pasar Tanah Pasir.

1.6 Mamfaat Penelitian

1.6.1 Bagi penjahit vermak levis di Pasar Tanah Pasir

- a. Sebagai bahan masukan dan ilmu pengetahuan dalam mencegah dan mengurangi munculnya nyeri pinggang bawah pada saat bekerja menggunakan posisi duduk.
- b. Mengetahui posisi duduk yang benar dalam melakukan pekerjaannya.
- c. Mengetahui tentang posisi duduk yang menyebabkan nyeri punggung.

1.6.2 Bagi Penulis

- a. Memberikan pengalaman dan pengetahuan teori yang didapat selama proses perkuliahan dan memebandingkan dengan keadaan di lapangan.
- b. Mengetahui secara langsung tentang hubungan nyeri punggung yang di timbulkan di sebabkan oleh posisi duduk pada penjahit vermak levis di Pasar Tanah Pasir.
- c. Mendapatkan pengetahuan dan pengalaman mengenai masalah-masalah keselamatan dan kesehatan kerja khususnya masalah ergonomic.

1.6.3 Bagi Fikes Esa Unggul

Sebagai bahan masukan, diskusi dan kelengkapan pembendaharaan pustaka tentang studi kesehatan masyarakat khususnya peminatan keselamatan dan kesehatan kerja (K3I).