

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan kerja merupakan salah satu bidang kesehatan masyarakat dan memfokuskan perhatian pada masyarakat pekerja, baik yang ada di sektor formal maupun yang berada pada sektor informal. Kesehatan kerja bertujuan agar pekerja memperoleh derajat kesehatan setinggi-tingginya baik fisik, mental maupun sosial. Tujuan tersebut dicapai dengan usaha-usaha preventif, kuratif dan rehabilitatif terhadap penyakit atau gangguan kesehatan yang diakibatkan oleh faktor pekerjaan, lingkungan kerja serta penyakit umum. Kesehatan kerja dapat dicapai secara optimal jika tiga komponen kesehatan berupa kapasitas dari pekerja, beban kerja dan lingkungan kerja dapat berinteraksi secara baik dan serasi⁽¹⁾. Pencapaian keselamatan dan kesehatan kerja tidak lepas dari peran ergonomi, karena ergonomi berkaitan dengan orang yang bekerja, selain dalam rangka efektivitas dan efisiensi kerja. Ergonomi sebagai salah satu ilmu yang berusaha untuk menyerasikan antara faktor manusia, faktor pekerjaan dan faktor lingkungan. Dengan bekerja secara ergonomis maka diperoleh rasa nyaman dalam bekerja, dihindari kelelahan, dihindari gerakan dan upaya yang tidak perlu serta upaya melaksanakan pekerjaan menjadi sekecil-kecilnya dengan hasil yang sebesar-besarnya⁽²⁾.

Salah satu masalah ergonomi yang terjadi adalah keluhan nyeri punggung bawah pada para pekerja. Hampir setiap orang pernah mengalami *Low Back Pain* (LBP) sepanjang hidupnya. LBP termasuk salah satu dari gangguan muskuloskeletal, gangguan psikologis dan akibat dari mobilisasi yang salah. Hal tersebut dapat menyebabkan timbulnya rasa pegal, linu, ngilu, atau tidak enak pada daerah lumbal⁽¹⁾.

Low Back Pain (LBP) atau Nyeri Punggung Bawah (NPB) merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dialami oleh individu dalam berbagai kelompok usia, termasuk pekerja. LBP adalah gangguan muskuloskeletal yang mempengaruhi area punggung bawah dan dapat disebabkan oleh berbagai faktor,

seperti postur tubuh yang tidak ergonomis, aktivitas fisik berlebihan, atau kurangnya aktivitas fisik yang seimbang. Hal ini kerap terjadi di wilayah perkantoran yang bekerja dengan monoton dan posisi kerja yang sama.

Data global menunjukkan bahwa *Low Back Pain* (LBP) adalah salah satu penyebab utama kehilangan hari kerja dan menurunnya produktivitas. Sebuah survei yang dilakukan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengungkapkan bahwa prevalensi LBP mencapai 60-70% di negara industri, termasuk Indonesia. Studi lokal juga menunjukkan bahwa pekerja dengan gaya hidup sedentari atau aktivitas berulang memiliki risiko lebih tinggi mengalami LBP⁽³⁾.

Riset yang dilakukan oleh *International Labour Organization* pada tahun 2003 menemukan bahwa per-hari ditemukan rata-rata 6.000 orang meninggal dunia. Hal tersebut diketahui setara dengan satu orang pada tiap 15 detik dan 2,2 juta orang pertahun akibat kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja⁽⁴⁾. Salah satu penyakit akibat kerja yang menjadi masalah umum di wilayah perkantoran dan kerap menyerang para pekerja adalah Nyeri Punggung Bawah atau biasanya disebut dengan *Low Back Pain* (LBP). LBP merupakan salah satu penyakit umum yang terjadi pada pekerja di Indonesia. Gangguan *musculoskeletal* ini merupakan gangguan pada bagian otot rangka manusia yang disebabkan oleh otot cidera karena menerima beban statis secara terus-menerus dalam jangka waktu yang lama. Aktivitas ini menimbulkan keluhan pada sendi, ligament dan tendon. Gangguan *musculoskeletal* menyebabkan kerugian pada pekerja seperti jumlah hari yang hilang akibat sakit dan besarnya biaya kompensasi yang harus dikeluarkan⁽⁵⁾.

Beberapa penelitian mengatakan bahwa otot rangka merupakan bagian otot yang rentan terkena penyakit yang mana otot itu terdiri dari otot bahu, otot leher, otot jari, otot lengan dan tangan, otot pinggang, otot punggung serta otot bagian bawah. Dari keseluruhan keluhan pada otot rangka tersebut, otot bagian pinggang adalah bagian yang paling banyak dikeluhkan oleh pekerja dengan presentase sebesar 60%⁽⁵⁾. LBP biasanya dialami oleh setiap orang selama masa hidupnya dikarenakan adanya kebiasaan buruk selama berkerja. Posisi duduk yang tidak

memasuki kategori ergonomi akan menimbulkan kontraksi otot pada seluruh otot yang dipakai saat bekerja⁽⁶⁾. Faktor risiko LBP pada pekerja pada umumnya dipengaruhi oleh 2 faktor utama, yakni; faktor psikologis dan faktor sosial⁽⁷⁾.

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) (2023) LBP diderita oleh 619 juta orang secara global dan diperkirakan estimasi jumlah kasus yang terjadi akan meningkat sebanyak 843 juta kasus pada tahun 2050 dan hal ini terbukti pada data di tahun 2013. Penderita LBP tertinggi di dunia mayoritas tenaga kerja berusia 40-55 tahun atau dalam usia dewasa karena LBP juga bisa menyerang seseorang yang berumur ≤ 40 tahun, namun prevalensi LBP akan meningkat seiring bertambahnya usia hingga 80 tahun⁽⁸⁾. Secara situasi global, angka morbiditas LBP meningkat secara drastis karena banyaknya kasus kerusakan tulang. *Low Back Pain* (LBP) menjadi penyebab utama pembatasan aktivitas dan absen kerja di sebagian besar dunia meningkat serta menjadi penyebab beban ekonomi bagi individu dan pemerintah. Data WHO menunjukkan bahwa 2%-5% dari karyawan di negara industri tiap tahun mengalami nyeri punggung bawah. Data statistik Amerika Serikat mendapatkan angka kejadian LBP sebesar 15%-20% per tahun yang menyebabkan kerugian antara *US \$100* hingga *US \$200* miliar per tahun⁽³⁾.

International Labour Organization (ILO) memperkirakan akan terdapat kematian akibat kecelakaan dan penyakit kerja tiap tahunnya sekitar 2,8 juta jiwa. Persentase kematian pekerja di dominasi oleh penyakit akibat kerja yakni 86.3% sedangkan, kematian akibat kecelakaan kerja hanya 13.7%. ILO⁽⁹⁾. Dalam penelitian multisenter yang dilakukan di Rumah Sakit Pendidikan Indonesia oleh kelompok studi nyeri Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf Indonesia (PERDOSSI) ditemukan bahwa jumlah penderita nyeri sebanyak 25% dari total kunjungan dan 18,37% orang diantaranya merupakan penderita LBP⁽¹⁰⁾. Insidensi LBP pada negara berkembang diketahui berkisar antara 15% sampai dengan 20% dari total populasi⁽¹¹⁾. Kejadian LBP di Indonesia diperkirakan bervariasi antara 7,6% sampai dengan 37% dari jumlah penduduk Indonesia. Menurut data Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

(Kemkes RI), *incidence rate* LBP di Indonesia sebesar 18%. Pada setiap saat, lebih dari 10% penduduk menderita LBP(12). Pada tahun 2010, sebanyak 16% kasus LBP terjadi dan mengakibatkan absen kerja meningkat⁽¹³⁾. Menurut penelitian Novianto (2024), *Low Back Pain* (LBP) kerap muncul di wilayah perkantoran dan berdasarkan *ergonomic risk assessment* yang sudah dilakukan terdapat 96,4% pekerja kantor yang mengalami risiko ergonomi sedang dan berada di kategori tindakan perbaikan yang diperlukan dengan menggunakan *Rapid Entire Body Assessment* (REBA), selain itu para pekerja kantor memiliki tingkat keparahan keluhan agak sakit pada tubuh punggung bagian bawah⁽¹⁴⁾.

Pada tahun 2022, *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa 1,7 milyar orang di dunia menderita penyakit yang berhubungan dengan muskuloskeletal dan 17.3 juta diantaranya menderita *Low Back Pain* (LBP). Sedangkan angka prevalensi penyakit muskuloskeletal di Asia Tenggara mencapai 369 juta. Data dari RISKESDAS di tahun 2021 juga menunjukkan angka prevalensi *Low Back Pain* (LBP) yang tinggi hingga menyentuh angka 12,914 orang atau sekitar 3,71%. Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Martatias dkk. (2024) yang meneliti tentang pengaruh peregangan dan postur duduk ergonomis terhadap *Low Back Pain* (LBP) pada 41 pekerja PT. ADMEDIKA Surakarta yang mengalami nyeri punggung akibat duduk dalam waktu lama dengan posisi yang salah. Dengan intervensi berupa latihan peregangan serta perbaikan postur duduk selama 2-3 menit, 3x seminggu, ditemukan penurunan signifikan tingkat nyeri⁽¹⁵⁾.

Penelitian yang dilakukan Adienugraha dkk. (2024) di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi menunjukkan bahwa *Low Back Pain* (LBP) merupakan keluhan yang umum dialami oleh para penjahit, dengan prevalensi sebesar 53,3%. Keluhan ini berkaitan erat dengan sikap kerja yang tidak ergonomis, seperti posisi duduk membungkuk tanpa sandaran, serta masa kerja yang panjang, di mana sebagian besar responden telah bekerja selama bertahun-tahun. Namun penelitian ini menemukan bahwa durasi kerja tidak memiliki hubungan signifikan dengan keluhan LBP. Temuan ini menyoroti pentingnya perbaikan postur kerja dan

fasilitas kerja yang ergonomis sebagai upaya pencegahan keluhan nyeri punggung bawah di kalangan para penjahit maupun para pekerja yang kerap melakukan postur kerja statis dalam jangka waktu lama⁽¹⁶⁾.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Andini (2015) pada populasi pekerja ditemukan beberapa faktor umum yang mempengaruhi terjadinya LBP, yakni: faktor individu, faktor pekerjaan, serta faktor lingkungan. Faktor-faktor ini juga berhubungan dengan faktor ergonomi yang masuk di kategori faktor pekerjaan. Penelitian yang telah dilakukan oleh – juga menemukan bahwa faktor-faktor yang banyak mempengaruhi LBP merupakan faktor individu seperti usia, jenis kelamin, masa kerja, kebiasaan merokok, dan peningkatan Indeks Massa Tubuh (IMT). Selain itu, faktor pekerjaan juga berpengaruh seperti postur kerja, beban dan desain di tempat kerja, gerakan repetisi, serta durasi kerja statis. Faktor lingkungan juga bisa menjadi salah satu faktor terjadinya LBP seperti getaran, kebisingan serta temperatur yang cukup ekstrem. Mendukung penelitian sebelumnya, Korshoj, et al (2018) di Denmark pada penelitiannya didapatkan hasil yang positif antara durasi duduk dan duduk statis pada masing-masing periode total dan temporal dengan peristiwa *Low Back Pain* (LBP)⁽¹⁷⁾.

Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Alzahrani dkk. (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara aktivitas fisik tingkat sedang dan kejadian *Low Back Pain* (LBP), terutama pada aktivitas fisik waktu luang (LTPA). Artinya, individu yang melakukan aktivitas fisik dalam jumlah sedang cenderung memiliki risiko LBP yang lebih rendah dibandingkan mereka yang kurang aktif. Namun, aktivitas fisik pada tingkat tinggi tidak selalu memberikan manfaat tambahan dalam mengurangi risiko LBP, bahkan tidak menunjukkan hubungan signifikan pada beberapa analisis. Hasil ini mendukung bahwa aktivitas fisik sedang dapat berperan sebagai strategi pencegahan LBP, namun perlu diperhatikan jenis, intensitas, dan durasi aktivitas untuk mendapatkan manfaat optimal⁽¹⁸⁾.

Penelitian Fitrianti Anisa (2021) mengatakan bahwa sebagian besar keluhan LBP terjadi karena masa kerja yang telah ditempuh selama >10 tahun dan

melakukan pekerjaan dalam posisi yang tidak ergonomis. Responden yang memiliki masa kerja paling lama cukup banyak hingga mencapai 36,2% dan hal ini adalah gambaran bahwa semakin lama masa kerja yang ditempuh maka semakin besar peluang terjadinya keluhan LBP⁽¹⁹⁾. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Setyawan, dkk (2022) bahwa beban kerja fisik mempunyai hubungan dengan keluhan LBP⁽²⁰⁾. Hal ini disebabkan karena struktur anatomi normal manusia menjadi abnormal karena digunakan secara mekanikal berlebihan yang menimbulkan strain otot, tendon, dan ligament yang terjadi secara cepat dan berulang dalam jangka waktu yang cukup lama. Hal ini beresonansi dengan penelitian Arwinno (2018) yang mengatakan bahwa LBP biasanya disebabkan oleh pembebanan otot dan tulang dalam waktu lama yang mengakibatkan rongga diskus menyempit secara permanen. Maka dari itu, postur tubuh yang tidak ergonomis dalam bekerja dapat memperburuk keadaan tersebut⁽²¹⁾.

Beban kerja pada umumnya berhubungan dengan postur kerja. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Lestari, dkk (2023) terhadap keluhan menyatakan postur kerja merupakan titik penentu dalam menganalisa keefektifan dari suatu pekerjaan. Jika postur yang dilakukan oleh pekerja sudah ergonomis maka hasil yang didapatkan pekerja akan baik, begitu juga sebaliknya. Dari penelitian ini didapatkan bahwa nilai signifikansi postur kerja $0,0001 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh secara signifikansi postur kerja terhadap keluhan LBP⁽²²⁾. Penelitian tersebut didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Sumardiyono (2023) yang menyatakan bahwa hasil analisis postur kerja dengan metode RULA pada pemetik teh PT Perkebunan Tambi Wonosobo UP Bedakah Blok Bismo didapatkan hasil sejumlah 21 (58,3%) pekerja memiliki kategori postur kerja sedang dan 15 (41,7%) pekerja memiliki kategori postur kerja tinggi dengan nilai $p = 0.013$ ($p < 0.05$) dan koefisien korelasi $r = 0.415$ ⁽²³⁾.

Penelitian akan dilaksanakan di Dinas Kesehatan Kota Jambi yang merupakan unsur pelaksana Pemerintah Kota Jambi yang berada dibawah dan bertanggung jawab kepada Walikota Jambi, mempunyai tugas pokok melaksanakan perancangan, pembinaan, pengendalian, pengawasan, pelayanan

dan pengembangan di bidang Kesehatan yang berlokasi di Kota Jambi, tepatnya di Jl. H. Salim Kotabaru, Kec. Handil Jaya, Kel. Jelutung.

Berdasarkan hasil survey awal di Dinas Kesehatan Kota Jambi melalui wawancara dengan beberapa pegawai didapatkan bahwa para Pegawai Dinas Kesehatan Kota Jambi bekerja setiap hari kerja mulai dari jam 07.15 – 16.15 WIB. Seluruh pegawai memiliki tupoksi masing-masing dan beberapa bidang biasanya memiliki kegiatan diluar ruangan dan sisanya tetap berada di kantor. Kegiatan diluar ruangan yang sering dilakukan adalah GERMAS.

1.2 Rumusan Masalah

1.2.1 Rumusan Masalah Umum

Kejadian *Low Back Pain* (LBP) pada pekerja perkantoran merupakan masalah umum yang sering terjadi akibat posisi duduk yang statis dan kurang ergonomis selama bekerja. Beberapa penelitian menunjukkan prevalensi LBP pada pekerja kantoran bisa mencapai angka yang cukup tinggi, seperti 52.8% atau bahkan 63.93%. Berdasarkan uraian tersebut, permasalahan utama yang diteliti adalah “Apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan *Low Back Pain* (LBP) pada pegawai dinas kesehatan Kota Jambi Tahun 2025?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Berdasarkan permasalahan penelitian, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan *Low Back Pain* (LBP) pada Pegawai Dinas Kesehatan Kota Jambi Tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran kejadian *Low Back Pain* (LBP) dan faktor-faktor yang berhubungan dengan *Low Back Pain* (LBP) pada Pegawai Dinas Kesehatan Kota Jambi Tahun 2025.

2. Mengetahui hubungan usia dengan *Low Back Pain* (LBP) Pada Pegawai Dinas Kesehatan Kota Jambi Tahun 2025.
3. Mengetahui hubungan masa kerja dengan *Low Back Pain* (LBP) Pada Pegawai Dinas Kesehatan Kota Jambi Tahun 2025.
4. Mengetahui hubungan aktivitas fisik (olahraga) dengan *Low Back Pain* (LBP) Pada Pegawai Dinas Kesehatan Kota Jambi Tahun 2025.
5. Mengetahui hubungan postur kerja dengan *Low Back Pain* (LBP) Pada Pegawai Dinas Kesehatan Kota Jambi Tahun 2025.

1.4 Manfaat Penelitian

Berikut beberapa point manfaat dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagi Pegawai Dinas Kesehatan Kota Jambi
Agar para karyawan lebih mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan *Low Back Pain* (LBP).
2. Bagi Dinas Kesehatan Kota Jambi
Hasil penelitian dapat digunakan untuk memberi informasi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan *Low Back Pain* (LBP) pada seluruh karyawan sehingga dapat mengambil tindakan yang sesuai dan upaya perbaikan pada lingkungan kerja.
3. Bagi Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran dan Institut Kesehatan Universitas Jambi
Menambah daftar pustaka untuk pengembangan Ilmu Kesehatan Masyarakat khususnya bagian Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) sebagai referensi tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan LBP pada pekerja.
4. Bagi Peneliti Selanjutnya
Penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dan bisa dikembangkan menjadi lebih sempurna.