

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Masalah kesehatan pada pekerja seringkali timbul karena pekerjaannya. Salah satu masalah kesehatan yang umum dan hampir mempengaruhi seluruh populasi adalah nyeri punggung bawah (WHO, 2013). Menurut *Medical Dictionary*, Nyeri Punggung Bawah (NPB) adalah gejala rasa nyeri pada pinggang atau tulang punggung bagian bawah bisa terjadi akut atau kronis. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai macam penyakit dan gangguan yang mempengaruhi tulang lumbar, NPB sering disertai dengan linu pada daerah panggul (*Medical dictionary by Farlex, 2008*).

*International Classification of Disease* mendefinisikan NPB sebagai nyeri akut atau kronik di regio lumbal dan atau sakral dari tulang belakang yang disebabkan oleh *sprain, strain*, pergeseran diskus intervertebralis, ataupun berasal dari semua bagian anatomi yang berada di sekitar tulang belakang (Delitto et al, 2012).

Salah satu masalah NPB yang sering terjadi adalah kambuhnya serangan rasa nyeri akut yang dapat menjalar pada bokong atau pada salah satu paha. Saat serangan, punggung dapat juga terasa kaku dan sakit. Bila gejala-gejalanya hebat keadaan tersebut disebut NPB. Rasa sakitnya bisa mereda dalam satu atau dua hari atau mungkin dalam beberapa minggu setiap kali terjadi. Kadang-kadang hilang total atau menetap atau kambuh lagi (Ramadhani & Wahyudati, 2015).

Terjadinya NPB karena ada tekanan pada susunan saraf tepi pada area tulang belakang. Penyebabnya bisa karena trauma mekanik akut, trauma yang berkepanjangan. Akumulasi trauma dalam jangka panjang seringkali ditemukan di tempat kerja. Kebanyakan kasus NPB terjadi dengan faktor predisposisi kerja berlebihan, penggunaan kekuatan otot berlebihan, ketegangan otot, cedera otot, ligamen, maupun diskus yang menyokong tulang belakang (Roupa & Sotiropoulou, 2014).

Beberapa penelitian melaporkan faktor risiko NPB pada tenaga kesehatan antara lain adalah usia, jenis kelamin, kebiasaan merokok, bekerja penuh waktu, indeks massa tubuh (IMT), frekuensi mengangkat beban berat, beban kerja, dan juga dukungan sosial yang rendah. Keluhan NPB bermula dari keluhan muskuloskeletal yang dibiarkan berlanjut dan mengakibatkan kelainan yang menetap pada otot dan juga kerangka tubuh. Beberapa kondisi yang mungkin menjadi faktor pencetus antara lain adalah pekerjaan yang memerlukan pengerahan kekuatan atau pengulangan yang berlebihan dari gerakan-gerakan yang dapat menimbulkan cedera otot serta saraf. Posisi statis atau posisi pekerja diam atau tidak bergerak dalam jangka waktu lama, gerakan-gerakan seperti membungkuk dan juga memutar, serta waktu pemulihan yang tidak memadai karena lembur dan kurang istirahat (Patrianingrum et al, 2015).

Nyeri punggung bawah dapat menyebabkan penurunan kemampuan fungsional individu dengan terjadinya penurunan pada fleksibilitas lumbal yang menghambat aktivitas hidup sehari-hari. Hal ini secara langsung akan menyebabkan penurunan kualitas hidup dari individu tersebut (Gallon et al., 2011).

Fleksibilitas pada tubuh manusia secara umum didefinisikan sebagai rentang kemampuan sendi atau sekelompok sendi tertentu dalam kesatuan fungsional untuk bergerak maksimal secara lancar dan bebas rasa sakit (Kisner & Colby, 2012). Fleksibilitas otot lumbal secara khusus mengacu pada rentang pergerakan maksimal otot – otot di regio lumbal. Fleksibilitas yang baik dapat memberikan manfaat positif bagi otot dan sendi dengan membantu dalam pencegahan cedera, membantu meminimalkan nyeri otot, serta meningkatkan efisiensi di segala aktivitas fisik (Bogduk, 2016)

*World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa 2%-5% dari karyawan di negara industri tiap tahun mengalami NPB. Sebanyak 90% kasus nyeri punggung bukan disebabkan oleh kelainan organik, melainkan oleh kesalahan posisi tubuh dalam bekerja (Budiono, 2003).

Hasil penelitian dari Persatuan Dokter Saraf Seluruh Indonesia (PERDOSSI) penderita NPB Tahun 2018 data dari kementerian kesehatan Republik Indonesia ditemukan 18% kasus NPB dan 85% NPB non spesifik (Purnamasari et al., 2010).

Buruh Angkut di masyarakat sering juga disebut dengan “kuli” dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) “kuli” memiliki arti orang yang bekerja dengan mengandalkan kekuatan fisiknya (seperti membongkar muatan kapal, orang yang mengangkut barang dari satu tempat ke tempat lain atau pekerja kasar).

Pada penelitian yang dilakukan Heru Septiawan (2012) yang membahas mengenai faktor yang berhubungan dengan keluhan NPB pada pekerja bangunan di PT Mikroland Property Development Semarang didapatkan hasil, beban kerja dan kebiasaan merokok tidak mempunyai hubungan dengan keluhan NPB, Sedangkan sikap kerja dan indeks massa tubuh (IMT) mempunyai hubungan dengan keluhan NPB.

Menurut *Basic biomechanics of musculoskeletal system book fourth edition* tahun 2012 pada pekerjaan dengan mengangkat beban yang berat dan mengandalkan kekuatan fisik, dapat meningkatkan fleksibilitas. Namun pada orang dengan peningkatan IMT yang tinggi cenderung memiliki fleksibilitas yang rendah. Sikap kerja secara tidak ergonomis pun juga dapat mempengaruhi kondisi dari fleksibilitas seseorang (Margareta Nordin DirSci, 2001). Berdasarkan penjelasan ini peneliti tertarik untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh kondisi fleksibilitas seseorang terhadap keluhan NPB pada buruh angkat di Pasar Induk Jakarta Timur.

Berdasarkan uraian di atas mengenai hal-hal yang dapat menyebabkan keluhan NPB maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul pengaruh sikap kerja, beban kerja yang dibawa, indeks massa tubuh (IMT) dan fleksibilitas lumbal terhadap keluhan nyeri punggung bawah.

## **I.2 Rumusan Masalah**

Apakah terdapat adanya pengaruh sikap kerja, beban kerja yang dibawa, IMT dan fleksibilitas lumbal terhadap keluhan NPB pada buruh angkat di Pasar Induk Jakarta Timur?

## **I.3 Tujuan Penelitian**

### **I.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh sikap kerja, beban kerja yang dibawa, IMT dan fleksibilitas lumbal terhadap keluhan pada buruh angkat di Pasar Induk Jakarta Timur.

### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui intensitas keluhan NPB pada pekerja buruh angkut di Pasar Induk Jakarta Timur.
- b. Mengetahui gambaran sikap kerja, beban kerja yang dibawa, IMT dan fleksibilitas lumbal pada pekerja buruh angkut di Pasar Induk Jakarta Timur.
- c. Mengetahui pengaruh antara sikap kerja dengan keluhan NPB pada pekerja buruh angkut di Pasar Induk Jakarta Timur.
- d. Mengetahui pengaruh antara beban kerja yang dibawa dengan keluhan NPB pada pekerja buruh angkut di Pasar Induk Jakarta Timur.
- e. Mengetahui pengaruh IMT dengan keluhan NPB pada pekerja buruh angkut di Pasar Induk Jakarta Timur.
- f. Mengetahui pengaruh antara fleksibilitas lumbal dengan keluhan NPB pada pekerja buruh angkut di Pasar Induk Jakarta Timur.

## **I.4 Manfaat Penelitian**

### **I.4.1 Manfaat Teoritis**

Memberikan informasi di bidang kesehatan terhadap keluhan NPB pada buruh angkat di Pasar Induk Jakarta Timur, yang dapat dijadikan pembelajaran dalam ilmu pengetahuan di bidang muskuloskeletal, membuktikan bukti empiris, serta sebagai pencetus penelitian.

#### **I.4.2 Manfaat Praktis**

- a. Manfaat Bagi Responden  
Dapat mencegah serta mengatasi keadaan NPB.
- b. Manfaat Bagi Keluarga Responden  
Dapat menjadi bahan pembelajaran dan evaluasi terhadap anggota keluarga lainnya.
- c. Manfaat Bagi Fakultas Kedokteran UPNVJ  
Menambah penelitian dalam bidang ilmu Anatomi di Fakultas Kedokteran UPNVJ.
- d. Manfaat Bagi Peneliti  
Mengetahui dan memahami metode ilmiah untuk mengaplikasikan ilmu yang didapatkan selama perkuliahan.
- e. Menambah pengetahuan dalam bidang muskuloskeletal khususnya mengenai NPB.