

BAB I

PENDAHULUAN

I.1. Latar Belakang

Interaksi antar pekerja, pekerjaan dan lingkungannya tidak dapat dihindari karena merupakan bagian dari aktivitasnya sehari-hari. Bahaya dan faktor risiko kejadian kecelakaan serta penyakit akibat kerja akan selalu ada pada setiap tempat kerja. *International Labour Organization* (ILO) menyatakan bahwa 1,2 juta kematian disebabkan oleh penyakit akibat kerja (PAK) setiap tahunnya (ILO, 2013). Seiring dengan perkembangan globalisasi, pekerja dituntut bekerja lebih cepat untuk mengimbangkan perekonomian dan memenuhi kebutuhan hidupnya sehari-hari, terutama pada kondisi pandemi COVID-19 ini yang berdampak besar pada perekonomian. Perusahaan menerapkan berbagai upaya untuk menekan pertumbuhan angka COVID-19, salah satunya dengan menerapkan peraturan pemerintah yaitu pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM), dengan menerapkan 50% bekerja dari rumah (WFH) dan 50% bekerja dari kantor (WFO) pada perkantoran (Menteri Dalam Negeri RI, 2021). Sebuah penelitian menyatakan bahwa penerapan WFH menimbulkan gangguan *musculoskeletal disorders* (MSDs) yaitu *low back pain* (LBP) dan nyeri leher, begitu pun dengan pekerja WFO dikarenakan MSDs adalah gangguan dengan banyak faktor risiko (Moretti dkk., 2020).

Musculoskeletal disorders (MSDs) merupakan masalah kesehatan ergonomi yang sering timbul pada pekerja. Gangguan ini terjadi pada alat gerak tubuh seperti kerangka tubuh, otot, tendon, ligamen, tulang rawan, hingga saraf (Rahayu dkk., 2020). Hasil riset kesehatan dasar menunjukkan bahwa persentase gangguan musculoskeletal berdasarkan gejalanya didapatkan sebesar 24,7% (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2013). *World Health Organization* (WHO) tahun 2003 memperkirakan bahwa dari semua penyakit akibat kerja, MSDs memiliki prevalensi mencapai 60%, dengan bagian tubuh tersering mengalami gangguan yaitu pada bagian punggung (Mayasari dan Saftarina, 2016). *Low Back Pain*

(LBP) salah satu bagian dari MSDs, berupa rasa nyeri pada area punggung atau bagian bawah punggung yaitu antara tulang iga ke-12 dan lipatan bokong (Hoy dkk., 2014). *Low back pain* (LBP) merupakan penyebab utama keterbatasan aktivitas dan ketidakhadiran kerja sehingga memberi beban ekonomi pada individu dan perusahaan (Kaplan dkk., 2013). Sebuah penelitian menyatakan bahwa 58,9% seseorang dengan LBP melaporkan bahwa nyeri punggung yang dirasakan mengganggu tidur mereka (Alsaadi dkk., 2011). Hal tersebut akibat rasa sakit yang intens serta membuat seseorang sulit menemukan posisi yang nyaman untuk tidur (Sinicropi, 2018).

Secara umum gangguan kesehatan LBP memiliki berbagai faktor risiko yaitu faktor individu, pekerjaan, dan lingkungan. Penelitian terdahulu menyebutkan faktor individu yang berpengaruh pada LBP diantaranya ialah usia, jenis kelamin, indeks massa tubuh, perilaku merokok, dan kebiasaan olahraga (Umami dan Hartanti, Ragil Ismi, 2014). Penelitian menunjukkan bahwa puncak kejadian keluhan LBP pada usia 35-55 tahun (Duthey, 2013). Selain itu, seseorang dengan berat badan berlebih memiliki risiko menderita LBP lima kali lebih tinggi dari pada seseorang dengan berat badan ideal (Andini, 2015). Dalam salah satu penelitian, wanita memiliki risiko hampir tiga kali lebih besar untuk mengidap LBP karena penurunan kepadatan tulang akibat kadar estrogen yang menurun ketika menstruasi dan menopause, serta penambahan beban tubuh ketika hamil (Delitto, Steven Z. George, dkk., 2012). Selain itu, perilaku merokok menyebabkan berkurangnya kandungan mineral pada tulang sehinggadapat menimbulkan nyeri akibat kerusakan dan keretakan tulang (Andini, 2015).

Faktor pekerjaan yang dapat mempengaruhi keluhan LBP diantaranya adalah lama kerja dan lama duduk. Lamanya seseorang bekerja yang baik umumnya dalam waktu 6-10 jam sehari. Bekerja dengan durasi yang berkepanjangan cenderung menimbulkan kelelahan, gangguan kesehatan, kecelakaan serta ketidakpuasan, serta salah satu gangguannya adalah nyeri punggung (Suma'mur, 2013). Peraturan Pemerintah RI Nomor 35 tahun 2021 menetapkan waktu kerja, yaitu 7 jam perhari dan 40 jam perminggu untuk 6 hari kerja, atau 8 jam perhari dan 40 jam perminggu untuk 5 hari kerja. Sementara untuk penetapan waktu lem-

bur, yaitu maksimal 4 jam dalam sehari dan 18 jam dalam seminggu (Presiden RI, 2021).

Pekerja kantoran adalah pekerjaan yang memiliki prevalensi gangguan MSDs yang tinggi. Hal tersebut diakibatkan oleh berbagai hal seperti, lama duduk pekerja, pekerjaan menggunakan komputer, pekerjaan yang repetitif, postur kerja statis, serta kondisi lingkungan kerja yang buruk. Gangguan MSDs pada pekerja kantor biasa terjadi pada bagian punggung, tangan, leher, lengan, pundak, dan pergelangan tangan (Valipour Noroozi dkk., 2015). Sekitar 82,3% karyawan kantor di Lembaga Tabung Haji Malaysia mengalami MSDs, 56% diantaranya mengeluh LBP (H dkk., 2018). Penelitian lain juga menyatakan bahwa posisi tubuh yang statis memiliki pengaruh yang signifikan pada kejadian *work-related musculoskeletal disorders* (WMSD), seperti pekerja yang bekerja di posisi yang sama untuk waktu yang lama dapat menempatkan otot tertekan, mengurangi aliran darah, menyebabkan kelelahan dan akhirnya menimbulkan rasa sakit atau kerusakan jaringan (Chinedu, Henry dan Okuwudili, 2020).

PT Altus Logistics Services Indonesia merupakan perusahaan yang menyediakan layanan logistik khusus yang terintegrasi dengan mengelola dan mengoptimalkan rantai pasokan untuk perusahaan minyak dan gas terkemuka. Penelitian dilakukan pada *head office* PT Altus Logistics Services Indonesia. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan observasi, diketahui bahwa belum ada penelitian terkait keluhan LBP pada karyawan di PT Altus Logistics Services Indonesia dan diketahui pula bahwa karyawan melakukan sebagian besar pekerjaannya secara statis yaitu duduk di depan komputer dengan waktu yang cukup lama. Waktu kerja operasional WFO dan WFH sudah sesuai dengan Peraturan Pemerintah RI Nomor 35 tahun 2021, yaitu 8 jam perhari dan 40 jam perminggu dalam 5 hari kerja akan tetapi ditemukan banyak karyawan yang masih bekerja meskipun waktu kerja operasional sudah selesai. Hasil survei pada 20% dari populasi, didapatkan sebesar 45,5% karyawan pernah melakukan lembur dalam sebulan terakhir serta 18,2% berintensitas sering dengan rata-rata waktu lembur 3 jam mendekati batas maksimal yaitu 4 jam, terutama pada saat karyawan dipertemukan dengan pekerjaan yang berlebih ataupun adanya keperluan lain seperti pekerjaan sehingga mengharuskannya untuk bekerja lebih lama (Presiden RI,

2021). Kondisi tersebut didukung dengan pernyataan 45,5% karyawan bahwa selama masa pandemi pekerjaan mereka cenderung lebih banyak. Berdasarkan pengertian dari LBP yaitu rasa sakit, nyeri, atau tertusuk pada bagian punggung hingga bokong, didapatkan sebesar 45,5% karyawan pernah merasakannya, dan 18,2% dengan intensitas yang sering. Sesuai dengan anjuran Kementerian Kesehatan, keluhan LBP dapat diminimalisir serta dicegah dengan melakukan istirahat atau peregangan setiap 20 menit sekali (P2PTM, 2020).

Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan tersebut, yang mana ditemukan adanya keluhan LBP pada sebagian karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia yang dapat membatasi pergerakan sehari-hari, pekerjaan yang dilakukan dengan duduk serta dengan waktu kerja yang cenderung lebih lama dari yang ditetapkan akibat adanya lembur maupun kondisi lain terkait pekerjaannya, merupakan faktor terjadinya keluhan LBP. Maka dari itu peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian untuk mengetahui gambaran keluhan LBP serta hubungannya dengan karakteristik individu, lama kerja, dan duduk pada pekerja di PT Altus Logistics Services Indonesia saat pandemi COVID-19.

I.2. Rumusan Masalah

Pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia, diketahui bahwa karyawan melakukan pekerjaannya dengan duduk di depan komputer, serta ditemukan banyaknya karyawan yang melakukan pekerjaannya lebih dari waktu kerja operasional sesuai dengan Peraturan Pemerintah RI Nomor 35 tahun 2021, yaitu 8 jam perhari dan 40 jam perminggu dalam 5 hari kerja, akibat adanya lembur maupun keperluan lain terkait pekerjaannya, hal ini didukung dengan pernyataan karyawan bahwa pekerjaan mereka lebih banyak pada masa pandemi saat ini. Bekerja dengan waktu berkepanjangan cenderung menimbulkan kelelahan, gangguan kesehatan, kecelakaan dan ketidakpuasan, salah satu gangguannya adalah nyeri punggung. Selain itu, beberapa karyawan mengakui bahwa mereka pernah merasakan keluhan LBP yaitu nyeri pada bagian punggung hingga bokong.

Aktivitas duduk dengan gerakan statis yang dilakukan setiap hari serta lama waktu kerja pekerja yang terlalu lama dapat menimbulkan gangguan *low back pain*. Serta ragam karakteristik yang dimiliki antar individu yang berpotensi men-

imbulkkan atau memperparah kejadian LBP yaitu seperti usia, jenis kelamin, indeks massa tubuh, dan perilaku merokok dapat menjadi pendukung timbulnya gangguan LBP tersebut. Berdasarkan penjelasan sebelumnya, maka didapatkan rumusan masalah penelitian yaitu: “Bagaimana hubungan karakteristik individu, lama kerja, dan duduk terhadap keluhan *low back pain* pada karyawan karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia di masa pandemi COVID-19?”.

I.3. Tujuan Penelitian

I.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan karakteristik individu, lama kerja, dan duduk terhadap keluhan *low back pain* pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.

I.3.2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran keluhan *low back pain* pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.
- b. Mengetahui gambaran lama kerja karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.
- c. Mengetahui gambaran lama duduk saat bekerja pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.
- d. Mengetahui bagaimana hubungan usia terhadap keluhan *low back pain* pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.
- e. Mengetahui bagaimana hubungan jenis kelamin terhadap keluhan *low back pain* pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.
- f. Mengetahui bagaimana hubungan IMT terhadap keluhan *low back pain* pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.
- g. Mengetahui bagaimana hubungan status merokok terhadap keluhan *low back pain* pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.
- h. Mengetahui bagaimana hubungan lama kerja terhadap keluhan *low back pain* pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.
- i. Mengetahui bagaimana hubungan lama duduk terhadap keluhan *low back pain* pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.

I.4. Manfaat Penelitian

I.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk mengembangkan ilmu kesehatan masyarakat khususnya dibidang keselamatan dan kesehatan kerja terkait faktor risiko *low back pain*.

I.4.2. Bagi Responden

Meningkatkan informasi dan pengetahuan terkait faktor risiko keluhan *low back pain* pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia sebagai upaya pencegahan sehingga tidak menjadi gangguan kesehatan yang dapat mengganggu pekerjaan sehari-hari.

I.4.3. Bagi Tempat Penelitian

Memberikan gambaran mengenai hubungan keluhan *low back pain* terhadap karakteristik individu, lama kerja dan duduk pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia sehingga dapat menjadi evaluasi terkait upaya pencegahan dan pengendaliannya. Selain itu juga untuk meningkatkan kesadaran terhadap faktor risiko terjadinya keluhan nyeri punggung bawah pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia.

I.4.4. Bagi Program Studi Kesehatan Masyarakat

Membuka dan menjalin kerjasama antar universitas dengan instansi, serta menambah referensi kepustakaan bidang K3.

I.4.5. Bagi Peneliti

Membandingkan teori dengan kondisi lapangan dan mengembangkan kemampuan untuk berpikir dan menganalisis hasil serta fakta di lapangan.

I.5. Ruang Lingkup

Jenis penelitian dilakukan menggunakan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah mengetahui hubungan karak-

teristik individu, lama kerja dan duduk terhadap keluhan *low back pain* pada karyawan PT Altus Logistics Services Indonesia yang memiliki populasi sebesar 56 karyawan. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret-Juli 2021 dengan instrumen penelitian kuesioner modifikasi dan *Nordic Body Map* secara *online* berupa *Google Form*. Analisis data univariat dan bivariat dilakukan dengan *chi square* dan *fisher's exact test* yaitu uji untuk menguji hubungan variabel independen dan variabel dependen