

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Indonesia dapat dikatakan termasuk sebuah negara industri. Hal ini disebabkan oleh sektor industri di Indonesia turut berkontribusi cukup besar pada perekonomian nasional dengan persentase sumbangannya mencapai 20%. Berdasarkan nilai tambah industri manufaktur, Indonesia masuk dalam peringkat 10 besar dunia yang sejajar dengan negara Inggris dan Brasil. Bahkan berdasarkan jumlah persentase, kontribusi industri Indonesia juga mengungguli negara maju seperti Amerika Serikat dan Jepang (Kemenperin RI, 2019).

Perkembangan industri di Indonesia tidak hanya berimbas pada perekonomian, namun meningkatkan risiko timbulnya permasalahan keselamatan dan kesehatan kerja (K3), seperti masalah ergonomi (Naza, 2016). Nyeri punggung bawah atau dikenal dengan *low back pain* adalah masalah ergonomi yang sering ditemukan dalam implementasi keselamatan dan kesehatan kerja yang berdampak pada kerugian ekonomis akibat reduksi kapasitas kerja serta penurunan produktivitas pekerja (Putranto *et al.*, 2014). Nyeri punggung belakang merupakan nyeri yang lokal dan/atau radikuler yang terasa di antara arkus kosta paling bawah hingga daerah lumbosakral (PERDOSSI, 2016). Nyeri punggung bawah dapat terasa dari tulang belakang daerah lumbalis sampai sakralis, saraf, otot dan struktur sekitarnya (Bilondatu, 2018).

Nyeri punggung bawah tergolong gangguan muskuloskeletal dengan salah satu faktor penyebabnya adalah postur tubuh yang salah seperti duduk atau berdiri terlalu lama, terlalu menunduk, membungkuk dan melakukan gerakan berulang saat bekerja (Putranto *et al.*, 2014). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) setiap tahun dua hingga lima persen karyawan di negara industri mengeluhkan nyeri punggung bawah, dan hampir seluruhnya akibat kesalahan postur tubuh dalam bekerja (Bilondatu, 2018).

Hampir semua pekerja pada industri bekerja dengan posisi duduk untuk waktu yang lama dan sebagian besar mengeluhkan nyeri punggung bawah akibat posisi duduk (Defriyan, 2011). Posisi duduk salah dipertahankan untuk waktu yang lama dapat menimbulkan *spasme* otot serta peregangan ligamentum yang merekat pada tulang belakang secara berlebihan sehingga mengakibatkan rasa nyeri. Posisi seperti duduk condong ke depan atau membungkuk dapat menambah gaya pada diskus intervertebralis yang dapat meningkatkan risiko terjadinya hernia nukleus pulposus (HNP), yaitu situasi dimana saraf spinal yang tertekan akibat pecahnya diskus intervertebralis sehingga menimbulkan keluhan nyeri punggung bawah dengan sensasi yang menjalar berdasarkan perjalanan segmen saraf spinal yang terluka (Defriyan, 2011; Wijayanti, 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Zatadin pada penjahit sektor informal di Surakarta tahun 2018 mengemukakan bahwa pekerja dengan lama duduk  $\geq 4$  jam sekitar 75% mengeluh nyeri punggung bawah. Sedangkan pekerja dengan lama duduk  $< 4$  jam hanya sebanyak 31.25% yang mengeluhkan nyeri punggung bawah. Hasil penelitian yang dikemukakan oleh Defriyan pada penyulam kain tapis di Bandar Lampung tahun 2011 menyatakan 75% pekerja yang bekerja duduk secara ergonomis mengeluh nyeri punggung bawah. Sedangkan 50% pekerja yang bekerja duduk tidak ergonomis mengeluhkan nyeri punggung bawah. Pada proses pembuatan produk, pekerja melakukan aktivitas kerja dalam posisi tertentu yang menuntut tubuh untuk bergerak ke anterior maupun mencondong ke arah depan dan pekerjaan dengan posisi yang sama untuk waktu lama sehingga memicu nyeri atau risiko penyakit pada punggung, bahu, lengan, persendian dan jaringan otot (Wijayanti, 2017).

Banyaknya temuan-temuan baru dan akses yang semakin mudah terhadap sumber pengetahuan dapat menyebabkan kesulitan para praktisi untuk mengikuti perkembangan suatu topik setiap saat. Oleh karena itu, diperlukan suatu metode untuk menyajikan perkembangan temuan-temuan tersebut menjadi sebuah rangkuman agar dapat dipelajari dengan lebih mudah. Salah satu metodenya adalah tinjauan sistematis yang bukan hanya mengumpulkan hasil-hasil penelitian yang relevan, tetapi juga menguji kelayakan hasil penelitian yang telah dipublikasikan dan mensintesis data-data

tersebut untuk menafsirkan jawaban atas suatu topik masalah. Sehubungan dengan banyaknya hasil riset yang mengemukakan faktor apa saja yang menyebabkan kejadian nyeri punggung bawah, kali ini peneliti akan mengkaji dua faktor yang secara teori berpengaruh pada nyeri punggung bawah yaitu posisi duduk dan lama duduk dalam bekerja. Topik yang peneliti akan analisis yakni hubungan antara posisi duduk dengan lama duduk terhadap Low Back Pain di antara pekerja sektor industri.

## **I.2 Perumusan Masalah**

Berlandaskan latar belakang yang telah diuraikan, peneliti terdorong untuk menganalisis bagaimana hubungan antara posisi duduk dengan lama duduk terhadap kejadian nyeri punggung bawah di antara pekerja sektor industri.

## **I.3 Tujuan Penelitian**

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

Untuk mengetahui hubungan antara posisi duduk dengan lama duduk terhadap kejadian *low back pain* di antara pekerja sektor industri.

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

1. Mengetahui gambaran posisi duduk di antara pekerja sektor industri.
2. Mengetahui gambaran lama duduk di antara pekerja sektor industri.
3. Mengetahui gambaran kejadian *Low Back Pain* (LBP) di antara pekerja sektor industri.
4. Mengetahui hubungan posisi duduk terhadap kejadian *Low Back Pain* (LBP) di antara pekerja sektor industri.
5. Mengetahui hubungan lama duduk terhadap kejadian *Low Back Pain* (LBP) di antara pekerja sektor industri.

## **I.4 Manfaat Penelitian**

### **I.4.1 Manfaat Akademis**

Hasil studi yang dijabarkan diharapkan bisa menjadi salah satu sumber informasi, media promosi dan menambah wawasan tentang ergonomi terkait nyeri punggung bawah serta menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

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

#### **a. Bagi Perusahaan**

Hasil studi yang dijabarkan diharapkan memberi pemilik usaha dan pekerja penjelasan mengenai risiko penyakit akibat ergonomi dan cara mencegah nyeri punggung bawah sehingga produktivitas pekerja tidak terganggu.

#### **b. Bagi Peneliti**

Hasil studi yang dijabarkan diharapkan bisa memperluas pengetahuan peneliti tentang topik dari studi yang telah dikaji. Selain itu dapat menambah informasi mengenai kesehatan kerja dan metode penelitian.