

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Nyeri Punggung Bawah (NPB) merupakan kasus kesehatan yang sangat umum berkisar 50%-80% pada kalangan orang dewasa berdasarkan populasi usia kerja, dan prevalensi yang semakin tinggi seiring bertambahnya usia (Fatoye *et al.*, 2019). Banyak penelitian telah mengkonfirmasi bahwa 70% dari individu cenderung pernah merasakan Nyeri Punggung Bawah (NPB) di beberapa titik dalam hidup dengan tingkat kekambuhan hingga 85% (Poojar *et al.*, 2022).

Sepanjang hidup Nyeri Punggung Bawah pada seseorang menjadi faktor risiko dari suatu pekerjaan yang memiliki prevalensi 40% hingga 60% di negara-negara Asia dan sekitar 46% hingga 47% di Amerika Serikat. Di Eropa, penelitian multisenter telah menunjukkan prevalensi Nyeri Punggung Bawah sebesar 16%, meningkat menjadi 32% di daerah pertengahan lumbal. Penelitian di amerika serikat membuktikan adanya nyeri punggung bawah dapat ditemukan pada satu dari tiga orang dewasa dengan umur di bawah 65 tahun pertahunnya yang membuktikan bahwa umur 30-60 tahun tercatat mudah terkena nyeri punggung bawah. Menurut hasil RISKESDAS (2018) Gangguan muskuloskeletal di Indonesia yang di diagnosis ahli kesehatan sebesar 11,9% atau 24,7% risiko nyeri punggung bawah serta belum diketahui secara pasti di Indonesia, namun diprediksi sebesar 7,6% sampai 37% (Sinaga and Makkiyyah, 2021).

Prevalensi yang cukup besar menyebabkan terjadinya beberapa faktor antara lain postur kerja buruk seperti membungkuk dan durasi mengendarai motor yang berlebihan lebih dari 4 jam dalam sehari (Satrio *et al.*, 2020). Selain itu aktivitas yang dilakukan secara berulang seperti gerakan membungkuk, berputar, dan waktu kerja tambahan secara berlebihan serta kurang istirahat sangat beresiko terjadi nyeri punggung bawah (Ariyanah *et al.*, 2022).

Kurir juga merupakan salah satu pekerjaan yang berkaitan erat dengan aktivitas mengendarai sepeda motor yang memiliki durasi kerja minimal 4 jam

sampai dengan 10 jam perhari, dimulai dari menerima paket atau barang, menyortir barang, mengangkut barang ke atas kendaraan dan diakhiri dengan pengiriman barang kepada penerima serta memastikan bahwa barang sampai dengan selamat dan tepat waktu (Junaidi dan Asyhadie Zaeny, 2021). Hal ini berpotensi menyebabkan munculnya nyeri punggung bawah. Menurut UU No.22 Tahun 2009 mengenai Lalu Lintas dan Angkutan Umum, pasal 90 ayat 3 menerangkan bahwa mengendarai kendaraan bermotor wajib beristirahat selama tiga puluh menit setelah berkendara selama 4 jam berturut-turut (Iman, 2018).

Dalam melakukan pengiriman barang kurir ekspedisi menempuh jarak maksimal 40 km setiap hari dengan menggunakan sepeda motor, durasi berkendara serta jarak alamat satu dengan alamat lainnya yang cukup jauh dapat meningkatkan risiko nyeri punggung bawah (Isparwati, 2022). Selain itu Jarak tempuh saat berkendara meningkatkan faktor risiko muskuloskeletal yaitu timbulnya nyeri punggung bawah karena durasi berkendara yang lama (Putra RS, Legiran, 2018).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tahun 2021 dilaksanakan pada 10 kurir ekspedisi memperoleh sebanyak 60% kurir mengeluhkan nyeri punggung bawah setiap harinya serta 40% mengalami nyeri punggung bawah sekali saat tubuh merasakan kelelahan. Dengan masa kerja kurir ekspedisi minimal 1 tahun. Kurir yang mengalami nyeri punggung bawah sudah bekerja selama 9 bulan sampai dengan 3 tahun. Berdasarkan latar belakang yang di uraikan diatas, peneliti menyimpulkan masalah yang berjudul “Hubungan Antara Durasi Berkendara Terhadap Risiko Nyeri Punggung Bawah Pada Kurir Ekpedisi”.

## **I.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian di atas, penulis dapat mengidentifikasi masalah sebagai berikut:

- a. Kurang istirahat sangat beresiko terjadi nyeri punggung bawah.
- b. Durasi berkendara lebih dari 4 jam dapat menyebabkan nyeri punggung bawah.

### **I.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas dan identifikasi masalah, maka didapatkan rumusan permasalahan dari penelitian ini yaitu “Apakah Ada Hubungan Antara Durasi Berkendara Terhadap Risiko Nyeri Punggung Bawah Pada Kurir Ekspedisi?”.

### **I.4 Tujuan Penelitian**

#### **I.4.1 Tujuan Umum**

Mengenai tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui adakah hubungan antara durasi berkendara terhadap risiko nyeri punggung bawah pada kurir ekspedisi.

#### **I.4.2 Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi durasi berkendara terhadap risiko nyeri punggung bawah pada kurir ekspedisi?
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi usia terhadap risiko nyeri punggung bawah?
- c. Untuk mengetahui distribusi frekuensi jenis kendaraan terhadap risiko nyeri punggung bawah?

### **I.5 Manfaat Penelitian**

#### **I.5.1 Bagi Penulis**

Memberikan manfaat bagi penulis yaitu menambah wawasan serta pengetahuan dalam menulis, menganalisis dan mengidentifikasi mengenai hubungan antara durasi berkendara terhadap nyeri punggung bawah pada kurir ekspedisi.

#### **I.5.2 Bagi Institusi**

Luaran dari penelitian ini dapat bermanfaat sebagai referensi serta perkembangan ilmu pengetahuan mengenai hubungan antara durasi berkendara terhadap nyeri punggung bawah pada kurir ekspedisi.

### **I.5.3 Bagi Masyarakat**

Luaran dari penelitian ini diharapkan memberikan edukasi mengenai hubungan durasi berkendara terhadap nyeri punggung bawah terutama bagi yang sering berkendara serta memberikan informasi mengenai cara pencegahan terjadinya nyeri punggung bawah yang diakibatkan oleh durasi berkendara.