

Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Subjektif Low Back Pain pada Penjahit di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi Tahun 2022

Factors Related to Subjective Complaints of Low Back Pain in Tailors at The Jambi City Children's Palace Market in 2022

Fhala Sasqia Ashar¹, Putri Sahara Harahap¹, Sugiarto¹

¹Program Studi Kesehatan Masyarakat STIKES Harapan Ibu, Jambi, Indonesia

ABSTRAK

Menjahit merupakan salah satu pekerjaan yang berisiko untuk mengalami low back pain (LBP) hal tersebut dikarenakan bekerja dengan duduk yang lama dan posisi kerja yang tidak ergonomis. Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi merupakan central penjahit di Kota Jambi. Hasil observasi menunjukkan dari 10 orang penjahit terdapat 7 mengalami rasa sakit pada punggung bawah pada saat menjahit. Tujuan penelitian adalah mengetahui faktor yang berhubungan dengan keluhan LBP pada penjahit di Pasar Istana Anak-Anak. Penelitian menggunakan desain cross sectional. Penelitian dilakukan di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi tanggal 10-31 Mei 2022. Populasi penelitian adalah seluruh penjahit di Pasar Istana Anak-anak. Sampel penelitian adalah penjahit di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi sebanyak 30 orang. Instrumen penelitian adalah kuesioner dan RULA. Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan observasi sikap kerja responden. Data dianalisis menggunakan uji chi square. Sebanyak 53,3% responden ada keluhan low back pain, 53,3% responden bekerja dengan sikap kerja risiko tinggi, 60,0% responden bekerja dengan durasi kerja berisiko dan 63,3% responden memiliki masa kerja lama. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan sikap kerja ($p=0,000$) dan masa kerja ($p=0,011$) dengan keluhan low back pain pada penjahit di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi. Tidak ada hubungan antara durasi kerja ($p=0,159$) dengan keluhan low back pain pada penjahit di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi.

Kata Kunci : Low back pain, penjahit, sikap kerja, masa kerja, durasi kerja

Abstract

Sewing is one of the risky jobs to experience low back pain (LBP) this is due to working with long sitting and non-ergonomic work positions. The Jambi City Children's Palace Market is the central tailor in Jambi City. The results of the observation showed that from 10 tailors, 7 experienced pain in the lower back when sewing. The purpose of the study was to determine the factors associated with complaints of LBP on tailors at the Children's Palace Market. The study used a cross sectional design. The research was conducted at the Istana Children's Market in Jambi City on 10-31 May 2022. The research population was all tailors at the Istana Anak Market. The research sample was 30 tailors at the Children's Palace Market in Jambi City. The research instrument was a questionnaire and RULA. Data collection techniques using interviews and observations of respondents' work attitudes. Data were analyzed using chi square test. As many as 53.3% of respondents have complaints of low back pain, 53.3% of respondents work with high-risk work attitudes, 60.0% of respondents work with risky work durations and 63.3% of respondents have long tenures. The results of the bivariate analysis showed that there was a relationship between work attitude ($p=0.000$) and tenure ($p=0.011$) with complaints of low back pain in tailors at the Children's Palace Market, Jambi City. There is no relationship between work duration ($p=0.159$) and complaints of low back pain in tailors at the Children's Palace Market, Jambi City.

Keywords : Low back pain, tailor, work attitude, length of work, duration of work

Korespondensi : Fhala Sasqia Ashar

Email : fhalaasqiaa@gmail.com

Info Artikel

Diterima : 08 Maret 2023

Direvisi : 16 Maret 2023

Publikasi : 31 Maret 2023

PENDAHULUAN

Prevalensi nyeri punggung bawah di setiap tahunnya sangat bervariasi dengan angka mencapai 15-45%. WHO juga menyatakan bahwa di negara berkembang sebesar 33% penduduk mengalami nyeri punggung bawah (1). Prevalensi kejadian nyeri punggung bawah di Indonesia belum pasti, namun berdasarkan Perhimpunan Dokter Saraf Indonesia (PERDOSSI) tahun 2016 menunjukkan bahwa prevalensi nyeri punggung bawah sebesar 35,86% (2).

Menjahit merupakan salah satu jenis pekerjaan duduk yang lama. Kelompok pekerja ini sering mengalami keadaan postur yang kaku, beban otot yang statis, tugas yang berulang-ulang dengan kecepatan produksi yang tinggi. Tahap menjahit merupakan pekerjaan yang berpotensi mempercepat timbulnya kelelahan dan nyeri pada otot-otot yang terlibat. Jika berlangsung setiap hari dapat menimbulkan kerusakan ataupun kelainan pada otot misalnya keluhan LBP. Pekerjaan menjahit dilakukan dalam posisi duduk yang cukup lama, kurang lebih 4-8 jam per hari dan dilakukan terus menerus. Postur/sikap kerja di tempat kerja perlu diperhatikan karena jika postur kerja tidak ergonomis dipertahankan pada waktu yang cukup lama dapat mengakibatkan timbulnya keluhan rasa sakit seperti: ngilu, pegel-pegel, bahkan bisa mengakibatkan kram otot di bagian tubuh tertentu (3).

Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi merupakan salah satu pusat pasar yang ada di Kota Jambi. Jumlah penjahit di pasar ini cukup banyak. Berdasarkan data Disperindag Kota Jambi Tahun 2021 menunjukkan bahwa jumlah penjahit yang ada di Istana Anak-Anak sebanyak 48 orang. Namun sampai bulan Juli 2022 jumlah penjahit mengalami penurunan menjadi 40 orang. Berdasarkan wawancara singkat dengan 10 orang penjahit diperoleh hasil bahwa terdapat 7 mengatakan mengalami rasa sakit pada punggung bawah pada saat menjahit, keluhan yang dirasakan antara lain nyeri pinggang, terasa sakit pada punggung dan kram di perut, bengkak di kaki, kaku pada leher dan merasa kesemutan, serta nyeri pada tangan. Hasil wawancara dengan penjahit juga diketahui bahwa terdapat 2 orang bekerja dengan sikap kerja risiko rendah, 6 orang bekerja dengan sikap kerja risiko sedang, 2 orang bekerja dengan sikap kerja risiko tinggi. Sebanyak 6 orang memiliki masa kerja > 10 tahun dan 4 orang memiliki masa kerja < 10 tahun. Sebanyak 6 orang bekerja 8-12 jam sehari dan 4 orang bekerja ≤ 8 jam perhari.

Hasil penelitian (Icsal, Sabilu, & Pratiwi, 2016) menunjukkan bahwa keluhan muskuloskeletal pada penjahit berhubungan dengan durasi kerja ($p=0,013$). Penelitian (Andreani & Paskarini, 2013) menunjukkan bahwa keluhan subjektif pada penjahit berhubungan dengan sikap kerja ($p=0,007$). Penelitian (Widyasari, Affan, & Budiman, 2015) menunjukkan bahwa keluhan low back pain pada penjahit berhubungan dengan usia, jenis kelamin, masa kerja, postur janggal (*awkward posture*), posisi kerja statis dan pergerakan berulang (*repetisi*) ($p<0,05$)(4)(5).

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti ingin meneliti faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan *low back pain* pada penjahit di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi tahun 2022.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan keluhan subjektif *low back pain* pada penjahit di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi. Penelitian

dilakukan di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi pada bulan Mei 2022. Sampel penelitian adalah penjahit di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi dengan jumlah sampel 30 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Instrumen penelitian adalah kuesioner dan RULA. Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan observasi sikap kerja responden. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji statistik *chi square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 53,3% responden ada keluhan *low back pain*, 53,3% responden bekerja dengan sikap kerja risiko tinggi, 60,0% responden bekerja dengan durasi kerja berisiko dan 63,3% responden memiliki masa kerja lama (tabel 1).

Hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan sikap kerja ($p=0,000$) dan masa kerja ($p=0,011$) dengan keluhan *low back pain* pada penjahit di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi. Tidak ada hubungan antara durasi kerja ($p=0,159$) dengan keluhan *low back pain* pada penjahit di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi (Tabel 2).

Tabel 1. Gambaran Sikap Kerja, Durasi Kerja, Masa Kerja dan Low Back Pain

Variabel	Jumlah	%
Low Back Pain		
Ada Keluhan	16	53,3
Tidak Ada Keluhan	14	46,7
Sikap Kerja		
Tinggi	16	53,3
Sedang	14	46,7
Durasi Kerja		
Berisiko	18	60,0
Tidak Berisiko	12	40,0
Masa Kerja		
Lama	19	63,3
Baru	11	36,7

Sumber : Data Primer, 2022

Tabel 2 Hubungan Sikap Kerja, Durasi Kerja, Masa Kerja dengan Low Back Pain

No	Variabel	Low Back Pain				Total		<i>p-value</i>
		Ada		Tidak ada		n	%	
		n	%	n	%			
Sikap Kerja								
1	Tinggi	14	87,5	2	12,5	16	100	0,000
2	Sedang	2	14,3	12	85,7	14	100	
Durasi Kerja								
1	Berisiko	12	66,7	6	33,3	18	100	0,156
2	Tidak Berisiko	4	33,3	8	66,7	12	100	
Masa Kerja								
1	Lama	14	73,7	5	26,3	19	100	0,011
2	Baru	2	18,2	9	81,8	11	100	

Sumber : Data Primer Terolah, 2022

Hasil penelitian diperoleh $p\text{-value}=0,000$ sehingga ada hubungan antara sikap kerja dengan keluhan *low back pain* pada penjahit di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi Tahun

2022. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (Widyasari et al., 2015) menunjukkan bahwa keluhan *low back pain* pada penjahit berhubungan dengan postur janggal ($p < 0,05$). Penelitian (Andreani & Paskarini, 2013) menunjukkan bahwa keluhan subjektif pada penjahit berhubungan dengan sikap kerja ($p = 0,007$)(6). Penelitian (Awaluddin, 2019) menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap kerja dengan keluhan *low back pain* pada pekerja penjahit di Akhwat Makassar ($p = 0,000$)(7). Hasil penelitian (Irawati, Yogisutanti, & Sitorus, 2020) menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap kerja dengan keluhan muskuloskeletal pada penjahit di Jawa Barat ($p = 0,001$)(8).

Sikap kerja duduk merupakan pekerjaan ringan, namun jika pekerjaan dengan duduk dilakukan dalam waktu yang lama dan dengan sikap yang tidak baik bahkan setiap hari, maka pekerjaan dengan sikap duduk akan terasa sangat berat dan melelahkan (9). Menurut Nurmianto (2004), pada sikap kerja duduk, otot mengalami pembebanan otot statis. Beban otot statis terjadi ketika otot dalam keadaan tegang tanpa menghasilkan gerakan tangan atau kaki sekalipun. Kondisi ketegangan otot merupakan kondisi menahan beban tubuh. Posisi duduk pada otot rangka (*muscolusskeletal*) dan tulang belakang (*verbal*) terutama pada pinggang (*sacrum, lumbar* dan *thoracic*) harus dapat ditahan oleh sandaran kursi agar terhindar dari nyeri (*back pain*) dan terhindar cepat lelah (*fatigue*)(10).

Sikap kerja yang dimiliki oleh pada pekerja jahit di Pasar Istana Anak-Anak yaitu sikap kerja dengan posisi duduk yang tegang/kaku, posisi leher cenderung menunduk, batang tubuh yang cenderung membungkuk kedepan. Pekerja jahit juga bekerja dengan sikap duduk statis tanpa sandaran. Dengan posisi kerja tersebut, maka para penjahit berisiko untuk mengalami keluhan nyeri punggung. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara sikap kerja dengan keluhan LBP pada penjahit di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi. Sebagian besar responden bekerja dengan sikap kerja risiko tinggi yaitu 53,3% dan sebagian bekerja dengan sikap kerja risiko sedang yaitu 46,7%. Responden pada saat bekerja dengan posisi duduk, pada posisi duduk tekanan tulang belakang akan meningkat jika dibandingkan dengan posisi berdiri bila posisi duduk tidak benar. Posisi kerja yang dilakukan oleh responden adalah posisi duduk condong ke depan/membungkuk sehingga membuat beban tidak nyaman dan menimbulkan rasa nyeri pada bagian punggung bawah (*low back pain*) responden. Posisi kerja responden yang tidak nyaman dipengaruhi oleh bentuk desain kursi. Desain kursi yang tinggi dapat menimbulkan posisi kerja cenderung membungkuk untuk mendapatkan posisi yang menjangkau meja jahit.

Posisi kerja yang responden lakukan hanya sebatas kenyamanan pekerja itu sendiri akan tetapi dari segi ergonomi posisi kerjanya tidak ergonomi, seperti posisi kerja dengan membungkuk. Jika seseorang bekerja dengan posisi yang janggal setiap harinya akan menyebabkan tubuh menimbulkan ketegangan pada otot, jika ketegangan otot ini terjadi pada daerah lumbal akan memberikan rangsangan nyeri pada bagian otot tubuh yang mengalami ketegangan tersebut sehingga menimbulkan keluhan nyeri di daerah punggung bawah.

Hasil penelitian diperoleh $p\text{-value} = 0,156$ sehingga tidak ada hubungan antara durasi kerja dengan keluhan *low back pain* pada penjahit di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi Tahun 2022. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (Devira, 2021) yang menunjukkan hasil bahwa ada hubungan antara durasi kerja dengan keluhan LBP penjahit ($p = 0,002$)(11). Prastuti, Sintia, Ningsih, & Wartu, (2020) menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan lama kerja dengan kejadian *Low Back Pain* dengan $p\text{-value}$ sebesar

0,001 ($p < 0,05$)(12). Hasil penelitian Triana, Hengky, & Rusman, (2022) menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara jam kerja dengan kejadian penyakit punggung bawah ($p=0,328$)(13).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang bekerja dengan lama kerja > 42 jam/minggu sebesar 60,0% dan responden yang bekerja dengan lama kerja ≤ 42 jam/minggu sebesar 40,0%. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden bekerja dengan durasi kerja berisiko, hal tersebut dikarenakan banyaknya pesanan sehingga responden untuk menyelesaikan tepat waktu harus bekerja lembur. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada hubungan antara durasi kerja dengan keluhan *low back pain* pada penjahit dikarenakan durasi kerja pejahit di Pasar Istana Anak-anak yang terputus-putus. Ketika sedang bekerja, kadang ada konsumen yang datang sehingga pekerja harus memberikan pelayanan kepada konsumen tersebut, saat memberikan pelayanan kepada konsumen tersebut, maka responden berdiri sehingga durasi kerja duduk responden menjadi terputus, responden yang merubah posisi kerja dari duduk ke berdiri membuat punggung dan kaki menjadi lebih nyaman, hal tersebut yang menyebabkan tidak ada hubungan antara durasi kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah.

Hasil penelitian diperoleh $p\text{-value}=0,011$ sehingga ada hubungan antara masa kerja dengan keluhan *low back pain* pada penjahit di Pasar Istana Anak-Anak Kota Jambi Tahun 2022. Hasil penelitian (Arwinno, 2018) menunjukkan bahwa ada hubungan antara masa kerja dengan nyeri punggung bawah pada penjahit garmen ($p=0,001$). Hasil penelitian (Raya, Yunus, & Adi, 2019) menunjukkan bahwa ada hubungan antara masa kerja dengan keluhan *low back pain* ($p<0,05$)(14)). Hasil penelitian (Arwinno, 2018) menunjukkan bahwa ada hubungan antara masa kerja dengan keluhan *low back pain* ($p<0,05$).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata masa kerja responden adalah 17,40 tahun, rata-rata masa kerja tersebut termasuk kategori masa kerja lama. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa ada hubungan antara masa kerja dengan keluhan LBP pada penjahit di Pasar Istana Anak-anak. hal tersebut dikarenakan semakin lama masa kerja responden maka semakin lama pula para responden berada pada lingkungan kerja yang tidak ergonomis sehingga akan lebih signifikan merasakan keluhan *Low Back Pain* (LBP). Responden pada penelitian ini sebagian besar menganggap pekerjaan sebagai penjahit merupakan pekerjaan pokok dan telah dilakukan selama bertahun-tahun.

Responden yang memiliki masa kerja lama memiliki mengalami keluhan *Low Back Pain* karena melakukan aktivitas secara terus-menerus dalam jangka waktu bertahun-tahun tentunya dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh. Jika pekerjaan berlangsung lama tanpa istirahat yang mencukupi, maka kemampuan tubuh akan menurun dan dapat menyebabkan kesakitan pada anggota tubuh. Begitu pula sebaliknya orang yang memiliki masa kerja baru mempunyai resiko lebih rendah mengalami keluhan *Low Back Pain*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang faktor yang berhubungan dengan Keluhan *Low Back Pain* pada Penjahit di Pasar Istana Anak-Anak menunjukkan hasil bahwa keluhan *low back pain* yang dirasakan oleh pekerja berhubungan dengan sikap kerja dan masa kerja.

Diharapkan kepada penjahit untuk menggunakan kursi kerja yang memiliki sandaran dan bantalan kursi untuk mencegah terjadinya sakit dibagian tubuh tertentu dan

meminimalkan risiko munculnya keluhan subyektif LBP. Melakukan pemanasan ringan seperti: peregangan tangan, pinggang, leher dan bahu sebelum memulai pekerjaan dan ketika sudah merasakan lelah untuk mengurangi ketegangan otot, melancarkan peredaran darah, dan membuat rasa nyaman pada tubuh ketika bekerja.

DAFTAR PUSTAKA

1. Andreani, M. U., & Paskarini, I. (2013). Sikap Kerja yang Berhubungan dengan Keluhan Subjektif Pada Penjahit di Jalan Patau Surabaya. *Jurnal Promkes*, 1(2), 201–208.
2. Arwinno, L. D. (2018). Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Penjahit Garmen. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*, 2(3), 406–416.
3. Awaluddin, et al. (2019). Hubungan Beban Kerja dan Sikap Kerja dengan Keluhan Low Back Pain Pada Pekerja Rumah Jahit Akhwat Makassar. *JKMM*, 2(1), 25–32.
4. Devira, et al. (2021). Hubungan Durasi Kerja dan Postur Kerja dengan Keluhan Low Back Pain (LBP) Penjahit Negari Kapuak Kabupaten Lima Puluh Kota. *Jurnal Sehat Mandiri*, 16(2), 138–146.
5. Icsal, M., Sabilu, Y., & Pratiwi, A. D. (2016). Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Muskulsokeletal Disorders Pada Penjahit Wilayah Pasar Panjang Kota Kendari Tahun 2016. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 1–8.
6. Irawati, N., Yogisutanti, G., & Sitorus, N. (2020). Hubungan Antara Status Gizi, Masa Kerja, dan Sikap Kerja dengan Gangguan Muskuloskeletal pada Penjahit di Jawa Barat. *JPH RECODE*, 4(1), 52–60.
7. PERDOSSI. (2016). *Panduan Praktis Klinis Neurologi*. Jakarta: PERDOSSI.
8. Prastuti, B., Sintia, I., Ningsih, & Wartu, K. (2020). Hubungan Lama Kerja dan Posisi Duduk Terhadap Kejadian Low Back Pain Pada Penjahit di Kota Pekanbaru. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan*, 5(2).
9. Raya, R. I., Yunus, M., & Adi, S. (2019). Hubungan Intensitas Aktivitas Fisik dan Masa Kerja dengan Prevalensi dan Tingkat Low Back Pain Pada Pekerja Kuli Angkut Pasir. *Sport Science Health*, 1(2).
10. Samara. (2005). Duduk Statis sebagai Faktor Resiko Terjadinya Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Perempuan. *Jurnal Universitas Medicina*, 24(2), 77.
11. Tarwaka. (2014). *Kesehatan Kerja: Manajemen dan Implementasi K3 di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.
12. Triana, D., Hengky, H. K., & Rusman, A. D. (2022). Pengaruh Lama Duduk Terhadap kejadian Nyeri Punggung Bawah Pada Tukang Jahit di Kota Pare-pare. *Jurnal Ilmiah Manusia Dan Kesehatan*, 5(2), 208–216.
13. WHO. (2013). *Low Back Pain: Priority Medicines For Europe And The World*. United States: WHO.
14. Widayari, B. K., Affan, A., & Budiman, F. (2015). Hubungan Faktor Individu dan Faktor Risiko Ergonomi dengan Keluhan Low Back Pain (LBP) pada Penjahit Sektor Usaha Informal CV. Wahyu Langgeng Jakarta Tahun 2014. *Jurnal Inohin*, 2(2), 90–99.