
HUBUNGAN POSTUR JANGGAL DENGAN KEJADIAN LOW BACK PAIN PADA PEMANEN SAWIT DI KABUPATEN PELALAWAN

¹⁾ **Yessi Rahayu*, Retno Putri, Liqqa Muqita Supriadi**

Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Abadurrah,
Jl. Riau Ujung No 73 Pekanbaru – Riau – Indonesia

E-mail: yessirahayu@univrab.ac.id

*corresponding author

Kata Kunci:

Low Back Pain, postur janggal, pemanen sawit

ABSTRAK

LBP merupakan gangguan muskuloskeletal terkait pekerjaan yang paling umum terjadi. Nyeri punggung bawah (LBP) bukanlah suatu penyakit atau diagnosis. Setidaknya 80% orang pernah mengalami LBP. Faktor pribadi, lingkungan, dan pekerjaan semuanya dapat berkontribusi terhadap LBP. Penyebab utama LBP adalah postur kerja yang buruk. Para pemanen kelapa sawit seringkali berpose dengan canggung. Untuk dapat didiagnosis menderita LBP, subjek harus sudah mengidapnya selama satu tahun dan mengalami nyeri tekan paralumbal atau gluteal, serta nyeri menjalar di tungkai bawah. Penelitian ini menyelidiki postur janggal dan nyeri punggung bawah pada pemanen kelapa sawit pada Tahun 2016. Penelitian ini bersifat cross-sectional. Penelitian terhadap 75 orang ini dilakukan di Kabupaten Pelalawan. Metode pengambilan sampelnya hanya acak. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Menurut uji Spearman, postur tubuh yang canggung berhubungan dengan nyeri punggung bawah (LBP) (p-value = 0,019).

Keywords:

Low Back Pain, odd posture, oil harvester.

ABSTRACT

LBP is the most common work-related musculoskeletal disorder. Lower back pain (LBP) is not a disease or diagnosis. At least 80% of people have experienced LBP. Personal, environmental, and work-related factors can all contribute to LBP. The primary cause of LBP is poor work posture. Palm oil harvesters frequently pose awkwardly. To be diagnosed with LBP, the subject must have had it for a year and have paralumbal or gluteal muscle tenderness, as well as radiating lower leg pain. This study investigates awkward posture and low back pain among palm oil harvesters. This study is cross-sectional. This 75-person study was carried out at Pelalawan Regency. The sampling method was simply random. The data was collected using a questionnaire. According to the Spearman test, an awkward posture is associated with low back pain (LBP) (p-value = 0.019).

PENDAHULUAN

Low Back Pain (LBP) atau sering disebut nyeri punggung bawah (NPB) adalah gangguan *muskuloskeletal* akibat kerja yang paling sering ditemukan diseluruh dunia. LBP merupakan masalah umum yang sering terjadi diseluruh dunia dan merupakan penyebab utama dari kecacatan. LBP bukanlah suatu penyakit, LBP merupakan kumpulan gejala sakit yang dapat dilokalisasi antara tulang rusuk kedua belas dan lipatan glutealis inferior dengan atau tanpa rasa sakit di kaki.

Prevalensi LBP di negara-negara industri dilaporkan mencapai 60% sampai 70%, *The Global Burden of Disease Study* memperkirakan bahwa LBP merupakan penyakit nomor 10 alasan orang datang ke dokter. Prevalensi LBP akan meningkat pada usia dewasa muda, puncaknya pada usia 35- 60 tahun.

LBP merupakan hal yang lazim terjadi dan dapat mengenai semua umur. LBP dapat mengakibatkan keterbatasan aktivitas fisik pada penderita berusia <45 tahun, sebab kebanyakan pasien akan mengalami

kekambuhan secara episode. Hal ini dapat menurunkan aktivitas kerja dan meningkatkan biaya kesehatan bagi penderita. Pada awal tahun 1989, *Occupational Safety and Health Administration* (OSHA) mengidentifikasi bahwa LBP merupakan penyakit nomor satu akibat kecelakaan kerja. Menurut Biro Statistik Tenaga Kerja pada tahun 2013 LBP menyumbang 24% dari semua kecelakaan kerja fatal dan penyakit yang paling sering menyebabkan pekerja absen.

Beberapa gejala yang dirasakan pada orang yang menderita LBP seperti nyeri tertusuk-tusuk, rasa terbakar, nyeritajam, hingga kelemahan pada tungkai. Penderita LBP memiliki beberapa faktor resiko berupa faktor demografi, faktor pekerjaan, faktor kesehatan, faktor psikologis dan faktor anatomi spinal. Faktor pekerjaan meliputi aktifitas fisik seperti membungkuk, mengangkat atau memutar tubuh, pekerjaan yang monoton serta ketidakpuasan terhadap pekerjaan.

Pada pekerja pemanen sawit LBP terjadi karena pekerja berusaha untuk mempertahankan beban yang diangkat, sehingga tubuh semakin lama semakin lelah. Penelitian lain mengatakan bahwa dalam mengangkat beban yang tidak terlalu berat tetapi terjadi dalam waktu yang lama tanpa istirahat akan menyebabkan LBP. Penggunaan alat untuk memotong pelepah sawit karena ketinggian pohon yang mencapai 12 m membuat pekerja harus menekuk tubuh dan membutuhkan kekuatan lebih untuk memotong tandan dan buah sawit, sehingga pekerja berpotensi untuk mengalami nyeri pada bagian punggung bawah.

Pekerjaan seperti mengumpulkan buah sawit dari tanah di mana tojok yang digunakan 1 m lebih pendek dari pekerja, kemudian membungkukkan badan dan mengangkat buah sawit dapat menimbulkan efek buruk pada tulang belakang. Proses pengangkatan yang terjadi selama pemindahan tandan buah

segar (TBS) ke truk melibatkan beberapa postur janggal seperti membungkukkan tubuh, menggotong sawit dan mengangkat sawit melalui *manual handling* diperkebunan sawit berpotensi untuk menyebabkan LBP.

Perusahaan tempat kami meneliti merupakan perusahaan yang beroperasi secara global diseluruh spektrum bisnis kelapa sawit dengan jumlah karyawan adalah 37.000 orang dengan jumlah pemanen sawit pada berjumlah 120 orang.

Karena banyaknya keluhan mengenai LBP yang sering dikeluhkan pada Klinik kesehatan di perusahaan tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan postur janggal dengan kejadian LBP pada pemanen kelapa sawit.

METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian analitik observasional menggunakan desain *cross sectional* dimana penelitian menggunakan rancangan atau desain observasi dengan menggunakan variabel dependen dan independen yang dilakukan pada saat yang bersamaan.

Sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi. Syarat syarat penelitian adalah pengambilan sampel harus berdasarkan karakteristik tertentu, subyek yang diambil merupakan subyek yang paling banyak, penentuan karakteristik. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan variabel bebas dengan variabel terikat. Untuk melihat apakah ada pengaruh diantara dua variabel, yaitu variabel independen (postur janggal) variabel dependen (kejadian LBP). Pada penelitian ini variabel independen (postur janggal) yang skalanya ordinal dan variabel dependen (kejadian LBP) dengan sekala nominal maka penelitian ini menggunakan uji *Spearman*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis univariat dilakukan untuk melihat gambaran distribusi variabel-variabel yang diteliti meliputi variabel dependen (*Low Back Pain*), dan variabel independen (postur janggal). Pada tabel 4.1 dibawah dapat dilihat bahwa responden terbanyak yang beresiko melakukan postur janggal sebanyak 78 orang (84,4%) sedangkan yang tidak beresiko postur janggal sebanyak 14 orang (15,2%)

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Postur Janggal

Postur Janggal	Jumlah (n)	Presentase (%)
Postur janggal	78	84,8
Tidak Postur janggal	14	15,2
Total	92	100

Pada Tabel 4.2 dibawah menggambarkan distribusi LBP (*Low Back Pain*) pada pemanen sawit sebanyak 69 orang (75%) yang beresiko LBP, sedangkan 23orang (25%) yang tidak beresiko LBP.

Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan LBP

LBP	Jumlah (n)	Presentase (%)
LBP	69	75%
Tidak LBP	23	25%
Total	92	100

Analisis bivariat ini dilakukan untuk melihat hubungan antara variabel independen dan variable dependen. Variabel independen dalam penelitian ini postur janggal. Sedangkan variabel dependen adalah LBP. Pada tabel 4.3 dibawah memuat

hasil uji statistik *Chi- square* yang telah dilakukan. Pada table tersebut dapat dilihat *p value* pada hasil uji adalah 0,019 yang berarti nilai *p value* $\leq 0,05$ dan menandakan bahwa hipotesis penulis yaitu adanya hubungan antara postur janggal dengan kejadian LBP diterima.

KESIMPULAN

Dilihat dari hasil penelitian dimana *p value* pada hasil uji adalah 0,019 yang berarti nilai *p value* $\leq 0,05$ dan menandakan bahwa hipotesis penulis yaitu adanya hubungan antara postur janggal dengan kejadian LBP diterima. Sehingga dapat di simpulkan terdapat hubungan antara postur janggal dengan kejadian low back pain

DAFTAR PUSTAKA

Baba. et al, 2016 *A Study on Ergonomic Awareness among Workers Performing Manual Material Handling Activities. Universiti Kebangsaan Malaysia.* Available T: <http://ijph.tums.ac.ir> diakses 22 Januari 2016

Elyssa. et al, 2015 *Lag Time In Reporting Injuries, Receiving Medical Care, and Missing Work Disability In Occupational Back Injuries* diterbitkan JOEM Vol 58, No 1, Januari 2016

Hand L, 2014. Low Back Pin top cause of disability worldwide. Medscape MedicalNews from Webmed. <http://www.medscape.com/viewarticle/822492>. Diakses 29 Maret 2014

Herry Koesyanto, 2013 *Masa kerja dan sikap kerja duduk terhadap nyeri punggung* . <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas> diakses 14 September 2014

Erwin. et al, 2015. *Hubungan Posisi Kerja*

Pada Pekerja Industri Batu Bata Dengan Kejadian LOW BACK PAIN. Universitas Riau diterbitkan JOM Vol 2 No 2, Oktober 2015

Etra. et al, 2014. *Hubungan Menggunakan BACKPACK dengan kejadian Low Back Pain pada Mahasiswa Universitas Riau.* Universitas Riau

diterbitkan JOM Vol 1 No 2, Oktober 2014

Indri Sarwili, 2014. *Hubungan Beban Kerja Perawat Terhadap Angka Kejadian LBP (Low Back Pain)* diakses 3 September 2015. Vol.5 No 3 September 2015.