

Durasi Kerja Meningkatkan Kejadian Low Back Pain pada Buruh Pabrik Rokok

Merry Tyas Anggraini¹, M. Naharuddin Jenie¹, Diskta Winza Ronica¹

¹Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.

ABSTRAK

Latar Belakang : Low Back Pain (LBP) atau sering akrab dipanggil nyeri punggung bawah ini merupakan masalah klinik yang sering terjadi pada sebagian mayoritas di masyarakat. LBP adalah rasa nyeri pada punggung bagian bawah. Pekerjaan merupakan salah satu faktor resiko yang dapat mempengaruhi terjadinya LBP. Keluhan LBP meningkat pada usia sekitar 55 tahun. Bekerja dengan posisi duduk dalam waktu yang lama (>2jam) dapat meningkatkan resiko keluhan LBP. Penelitian ini bertujuan untuk melihat hubungan durasi kerja dengan kejadian LBP pada buruh pabrik rokok.

Metode : Jenis penelitian ini adalah observasi analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi sebanyak 854 orang. Pengambilan sample dengan cara quota sampling sebanyak 272 orang. Data yang didapatkan kemudian diolah menggunakan uji korelasi Pearson.

Hasil : hubungan durasi bekerja setiap hari dengan kejadian LBP didapatkan nilai $p = 0,042$ ($p < 0,05$).

Kesimpulan : Ada hubungan yang signifikan antara durasi kerja dengan kejadian Low Back Pain pada buruh pabrik rokok. Durasi bekerja meningkatkan kejadian LBP pada buruh pabrik rokok.

Kata Kunci : Durasi Kerja, Low Back Pain, Buruh pabrik rokok

Duration of Working Increase Low Back Pain Incidence in Cigarette Factory Workers

ABSTRACT

Background: Low Back Pain (LBP) or often nicknamed lower back pain is a common clinical problem in most of the majority in society. LBP is pain in the lower back. The work is the one of risk factors that may affect the occurrence of LBP. LBP complaints increase at the age of 55 years. Working in a sitting position for a long time (> 2 hours) may increase the risk of LBP complaints. This study aims to examine the correlation between duration of working with the incidence of LBP in cigarette factory workers.

Methods: This research was observational analytic with cross sectional approach. Samples are taken from 272 people of 854 total population by using quota sampling method. The data obtained was processed by using the Pearson correlation test.

Results: The correlation duration of working every day with the incidence of LBP obtained p value = 0.042 ($p < 0.05$).

Conclusion: There is significant correlation between duration of working with Low Back Pain incidence. Duration of working increase LBP incidence in cigarette factory workers.

Keywords: Duration of Working, Low Back Pain, Cigarette factory workers

PENDAHULUAN

Low Back Pain (LBP) atau sering disebut nyeri punggung bawah ini merupakan masalah klinik yang sering terjadi pada sebagian mayoritas di masyarakat. Nyeri punggung bawah sering dijumpai dan cukup mengganggu. Nyeri punggung bawah merupakan salah satu masalah kesehatan yang utama. Insiden LBP di Amerika Serikat adalah sekitar 5% orang dewasa (Isselbacher, Asdie, 1999). Kurang lebihnya 60%-80% individu setidaknya pernah mengalami nyeri punggung dalam hidupnya (Bratton, 1999). Nyeri punggung bawah pada hakekatnya merupakan keluhan atau gejala dan bukan merupakan penyakit spesifik (Czernicki, Goldstein, 2001). Penyebab nyeri punggung bawah antara lain kelainan muskuloskeletal, sistem saraf, vaskuler, visceral, dan psikogenik (Gilgil, Kacar, 2000).

Low Back Pain merupakan salah satu keluhan yang dirasakan oleh sebagian besar pekerja, *biasanya* mulai dirasakan pada usia 25 tahun, dan meningkat pada usia 50 tahun.

Kebanyakan penyebab nyeri punggung ialah terkait pekerjaan dan *injury*. Biasanya nyeri punggung baru dirasakan pertama kali ketika seseorang mengangkat beban berat, bergerak tiba-tiba, duduk lama, ataupun terkena trauma dan kecelakaan. Nyeri punggung yang terjadi segera setelah melakukan aktivitas atau terjadinya benturan mekanis, dikategorikan sebagai nyeri punggung akut. Nyeri punggung akut kebanyakan disebabkan oleh trauma tiba-tiba yang terjadi pada otot, ligamentum, tulang, dan saraf di tulang spina (punggung).

Pekerjaan merupakan salah satu faktor resiko yang dapat mempengaruhi terjadinya LBP, terutama pada daerah diskus intervertebralis. LBP rentan pada Lumbal 4 - Lumbal 5 dan Lumbal 5 - Sakral 1. Bekerja dengan posisi duduk dalam waktu yang lama dan sering mengangkat banyak beban berat terlalu lama dapat meningkatkan resiko keluhan LBP (Isselbacher, Asdie, 1999). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara durasi kerja dengan kejadian LBP pada buruh pabrik rokok. Apakah durasi kerja meningkatkan kejadian LBP pada buruh pabrik rokok?

METODE

Penelitian dilaksanakan di Pabrik Rokok PT Djarum Kota Kudus pada bulan Januari 2014 yang merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah semua buruh pabrik rokok PT Djarum Kudus di bagian industri sebanyak 854 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *quota sampling* dan didapatkan sampel sejumlah 272 orang. Variabel bebas yaitu durasi kerja setiap hari, serta variabel terikat yaitu *Low Back Pain*. Uji statistik menggunakan *Pearson Correlation*.

HASIL

1. Karakteristik durasi bekerja (jam) setiap hari dan kejadian LBP

Tabel 1. Karakteristik durasi bekerja (jam) setiap hari dan kejadian LBP

	Jumlah	Persentase (%)
Durasi bekerja (jam)		
5	57	21.0
6	64	23.5
7	100	36.8
8	51	18.8

Kejadian LBP		
Tidak LBP	42	15.4
LBP	230	84.6

2. Hubungan durasi bekerja setiap hari dengan kejadian LBP

Tabel 2. Distribusi hubungan durasi bekerja setiap hari dengan kejadian LBP

Durasi (jam)	LBP						<i>p value</i>
	tidak		Iya		Total		
	N	%	N	%	N	%	
5	11	19,3	46	80,7	57	100	0,042
6	13	20,3	51	79,7	64	100	
7	15	15,0	85	85,0	100	100	
8	3	5,9	48	94,1	51	100	
Total	42	15.4	230	84.6	272	100	

Tabel di atas memberikan informasi bahwa sebanyak 85 dari 100 pekerja buruh (85%) yang bekerja pada durasi 7 jam perharinya menderita LBP, sedangkan hanya 51 dari 64 pekerja buruh (79,7%) pada durasi 6 jam perharinya paling rendah jumlah persentasinya diantara durasi yang lain yang menderita LBP.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian sebelumnya oleh Samara dan Basuki (2005) mengemukakan bahwa pekerja dengan lama duduk statis 91-300 menit terbukti merupakan faktor risiko untuk terjadinya LBP (59,8%). Hal ini disebabkan makin lama seseorang duduk maka ketegangan otot dan keregangan ligamentum khususnya ligamentum longitudinalis posterior makin bertambah, khususnya dengan duduk membungkuk.

Penelitian lain menyebutkan adanya hubungan yang signifikan antara lama duduk dan kejadian LBP dengan nilai *p value* < 0,05 (Risyanto, Sunarto, 2008). Sikap tegang yang berulang – ulang pada posisi yang sama akan memendekkan otot yang akhirnya akan menimbulkan rasa nyeri. Rasa nyeri timbul karena iskemia ringan pada jaringan otot, regangan yang berlebihan pada perlekatan miofasial terhadap tulang, serta regangan pada kapsula (Isselbacher and Asdie, 1999).

SIMPULAN

Ada hubungan yang signifikan antara durasi bekerja sehari dengan *Low Back Pain*. Durasi bekerja meningkatkan kejadian LBP pada buruh pabrik rokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Bratton I. Assessment and Management of Acute Low Back Pain. America Family physicians;1999
- Czernicki, Im, Goldstein, B. General Considerations Of Pain In Low Back, Hips, And Lower Extremities, In Loeser, Id, Editor. Bonica's Management Of Pains. Philadelphia Lippincurtt William And Willkins. 2001.
- Gilgil E, Kacar C, dkk. Prevalence Of Low Back Pain in Adeveloping Urban:Spine;2000.
- Isselbacher KJ, Asdie AH. editors. Harrison: Prinsip – Prinsip Ilmu Penyakit Dalam Edisi 13. Jakarta:EGC;1999.
- Risyanto; Sunarto; Dkk. Pengaruh Lamanya Posisi Kerja Terhadap Keluhan Subyektif Low Back Pain Pada Pengemudi Bus Kota di Terminal Giwangan Yogyakarta. Naskah Publikasi. FKUI. 2008
- Samara D, Basuki B, Dkk. Duduk Statis Sebagai Faktor Risiko Terjadinya Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Perempuan. Universa Medicina. Jakarta. 2005