

# HUBUNGAN POSTUR KERJA, DURASI MENGEMUDI DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH (NPB) PADA SOPIR TRUK BARANG ANTAR KOTA DI CV SEMERU PUTRA SEMARANG

NAUFAL AFIF-25010116140133  
2020-SKRIPSI

Nyeri Punggung Bawah (NPB) ialah sensasi nyeri yang dirasakan pada bagian punggung belakang, otot, saraf, bagian bawah tulang rusuk nomor 12 sampai menuju ujung dalam lipatan pantat dapat disertai penjalaran nyeri dibagian kaki. Berprofesi sebagai sopir truk memiliki risiko gangguan pada otot yang menyebabkan NPB. Faktor penyebabnya berasal dari personal yakni usia, masa kerja, dan indeks masa tubuh. Serta faktor pekerjaan yakni durasi mengemudi dan postur kerja. Dari hasil wawancara sopir truk banyak mengeluhkan nyeri pada punggung bagian bawah. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan karakteristik individu, postur duduk, dan durasi mengemudi dengan keluhan Nyeri Punggung Bawah (NPB) pada sopir truk CV Semeru Putra Semarang. Metode penelitian ini menggunakan *explanatory* dengan pendekatan *cross sectional*. Pengambilan sampel dengan menggunakan rumus Lemeshow sehingga didapat 46 sopir truk dan dilakukan secara daring menggunakan *google form*. Instrumen penelitian adalah kuesioner, menggunakan *BRIEF Survey* untuk mengukur postur kerja punggung, lembar VAS (*Visual analogue scale*) untuk mendeskripsikan keluhan nyeri secara subjektif dan foto postur saat mengemudi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sopir truk mengeluhkan NPB dengan kategori ringan 76,1%, dan berat 23,9%. Dari hasil uji statistik analisis *chi-square* didapatkan hubungan bermakna antara keluhan NPB pada sopir truk dengan Indeks masa tubuh ( $\alpha=0,013$ ) dan durasi mengemudi ( $\alpha=0,047$ ). Sedangkan yang tidak berhubungan yakni masa kerja ( $\alpha=0,447$ ), postur kerja punggung ( $\alpha=0,474$ ), dan usia ( $\alpha=0,247$ ). Saran bagi sopir truk menurunkan berat badan, lakukan peregangan, lakukan perawatan mesin secara rutin dan istirahat apabila sudah lelah.

Kata Kunci : Nyeri Punggung Bawah, Postur Kerja, Durasi Mengemudi, Sopir Truk