

HUBUNGAN POSTUR KERJA JANGGAL SAAT MENJARING IKAN TERHADAP KELUHAN *LOW BACK PAIN* PADA PERKUMPULAN NELAYAN

Diina Maulina*¹, Fitri Sari Dewi², Sri Puji Lestari³

^{1,2,3}Universitas Ibnu Sina, Jl. Teuku Umar, Lubuk Baja, Kota Batam

^{1,2,3}Program Studi Kesehatan Lingkungan, Fakultas Ilmu Kesehatan, UIS

e-mail: *diina.m@gmail.com,

Abstrak

Postur Kerja Janggal merupakan posisi tubuh yang menyimpang secara signifikan terhadap posisi normal ketika melakukan pekerjaan. Keluhan Low Back Pain merupakan nyeri yang dirasakan di daerah sekitar punggung bawah, dapat berupa nyeri lokal maupun nyeri radikuler. Posisi kerja nelayan masih banyak yang tidak ergonomis seperti membungkuk, posisi tubuh saat menarik jaring dan duduk yang terlalu lama. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan postur kerja janggal saat menjaring ikan terhadap keluhan low back pain pada perkumpulan nelayan putri duyung wilayah kerja Puskesmas Tanjungpinang tahun 2020. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kuantitatif dengan desain penelitian survey analitik dengan rancangan penelitian cross sectional pada setiap subyek yang menggunakan uji Chi-square yaitu membandingkan frekuensi yang terjadi (observasi) dengan frekuensi harapan (ekspektasi) dengan sampel 44 responden. Dari hasil penelitian ini diperoleh kesimpulan adanya hubungan antara postur kerja janggal terhadap keluhan low back pain dengan p-value 0,030. Saran bagi nelayan harus melakukan pemeriksaan rutin di Puskesmas oleh petugas kesehatan setiap bulannya agar bisa mengontrol kesehatannya dengan cara membatasi durasi bekerja nelayan sehingga tidak mengganggu aktivitas kerjanya. Bagi Puskesmas memberikan promosi atau penyuluhan kepada nelayan agar keluhan low back pain bisa berkurang.

Kata kunci—Postur Kerja Janggal, Keluhan Low Back Pain

Abstract

Strange Work Posture is a body position that deviates significantly from the normal position when doing work. Low Back Pain complaints are pain that is felt in the area around the lower back, can be either local pain or radicular pain. Many fishermen work position are not ergonomic such as bending, body position when pulling the net and sitting for too long. This study aims to determine the relationship of odd work postures when fishing for low back pain complaints in mermaid fishermen associations in Tanjungpinang Health Center in 2020. This research is an analytical survey research with cross section research design, on each subject using the chi-square test, which is comparing the frequency that occurs (observation with the frequency of expectations (expectations) with a sample of 44 respondents. From the results of this study it was concluded that there was a relationship between odd work postures against complaints of low back pain with p-value of 0.030. Suggestions for fishermen to carry out routine checks at the Puskesmas by health workers every month so that they can control their health by limiting the duration of work of fishermen so as not to interfere with their work activities. Puskesmas provide promotions or outreach to fishermen so that complaints of low back pain can be reduced.

Keywords—Unusual Work Posture, Low Back Pain Complains.

PENDAHULUAN

Pelaksanaan dalam Keselamatan dan Kesehatan Kerja adalah suatu sarana atau *instrument* yang dapat melindungi pekerja, perusahaan, lingkungan hidup dan masyarakat sekitar dari bahaya akibat kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja. Menurut perkiraan ILO tahun 2018, lebih dari 1,8 juta kematian akibat kerja sering terjadi setiap tahunnya di kawasan Asia dan Pasifik. Bahkan dua pertiga kematian akibat kerja di dunia terjadi di Asia. Dari data BPJS, di Indonesia periode Desember 2018 didapat data hingga triwulan 1 tahun 2018 tentang kecelakaan kerja atau penyakit akibat kerja yang terlapor ada 5.318 kasus, yang meninggal dunia ada 87 pekerja, 52 pekerja dinyatakan cacat dan yang lainnya sembuh setelah dilakukan perawatan medis. Data Dinas Perikanan dan Kelautan Sinjai laporan santunan klaim asuransi nelayan oleh PT. Asuransi Jasa Indonesia (JASINDO), bahwa pada tahun 2017 ada 13 kasus mengalami kematian disebabkan PAK, pada tahun 2017 ada 1 kasus mengalami kematian disebabkan Kecelakaan Akibat Kerja (KAK) dan pada tahun 2018 ada 3 kasus mengalami kematian disebabkan PAK. Dari data kunjungan di Puskesmas Tanjungpinang tahun 2018, bahwa ditemukan sebanyak 3% kecelakaan kerja, 15% batuk, 10% keluhan pusing, 7% kasus kejadian nyeri otot (*Myalgia*) dan 65% dengan keluhan lainnya. Data ini merupakan data kunjungan pasien yang datang ke Puskesmas Tanjungpinang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Postur Kerja Janggal pada saat menjaring ikan terhadap Keluhan *Low Back Pain* (LBP) pada Nelayan di Perkumpulan Nelayan Putri Duyung wilayah kerja Puskesmas Tanjungpinang Kota Tanjungpinang Tahun 2020.

Postur kerja janggal adalah posisi tubuh yang menyimpang secara signifikan terhadap posisi normal ketika melakukan pekerjaan. Sikap atau posisi bagian tubuh yang menyimpang dari posisi netral, deviasi yang signifikan terhadap posisi normal akan meningkatkan beban kerja otot sehingga jumlah tenaga yang dibutuhkan lebih besar, yang diakibatkan oleh peristiwa transfer tenaga dari otot ke sistem tulang rangka yang tidak efisien disebut dengan postur janggal. Sikap kerja tidak alamiah merupakan sikap kerja yang menyebabkan bagian tubuh bergerak menjauhi posisi alamiahnya. Pada umumnya sikap kerja tidak alamiah ini karena karakteristik tuntutan tugas, alat kerja dan stasiun kerja tidak sesuai dengan kemampuan dan keterbatasan pekerja (Tarwaka, 2004).

Low Back Pain merupakan nyeri yang dirasakan di daerah sekitar punggung bawah, dapat berupa nyeri lokal maupun nyeri radikuler atau keduanya. Nyeri ini dapat dirasa diantara sudut iga terbawah sampai lipat bokong bawah yaitu didaerah *lumbal* atau *lumbosacral* dan sering disertai dengan penjalaran nyeri kearah tungkai dan kaki (Wagiu, 2005). *Low back pain* (LBP) pada umumnya dapat memberikan rasa nyeri seseorang yang mengalaminya. Rasa nyeri ini dapat digambarkan sebagai sensasi tidak menyenangkan yang dapat terjadi saat mengalami cedera atau kerusakan pada tubuh.

Berdasarkan *survei* awal dilapangan dan wawancara kepada 10 nelayan di perkumpulan nelayan Putri Duyung mengatakan pernah mengalami nyeri pada bagian pinggang, punggung, tangan dan kaki terkait dengan pekerjaan yang dilakukan. Pada observasi dilapangan dapat diketahui posisi kerja pada nelayan banyak yang janggal seperti berdiri terlalu lama, duduk terlalu lama dan membungkuk yang terlalu lama. Oleh karena itu penulis tertarik melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Postur Kerja Janggal pada saat menjaring ikan terhadap Keluhan *Low Back Pain* Pada Nelayan di Perkumpulan Nelayan Putri Duyung Wilayah Kerja Puskesmas Tanjungpinang Kota Tanjungpinang Tahun 2020". Penelitian ini bermanfaat agar dapat mengidentifikasi lebih jauh Postur Kerja Janggal terhadap keluhan LBP pada nelayan, dan dapat menjadi sumber informasi dan referensi dalam pengembangan ilmu kesehatan dan keselamatan kerja.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian *survey analitik* dengan rancangan *cross sectional* yaitu suatu penelitian yang melakukan determinasi terhadap paparan (*exposure*) dan hasil (*outcome*) secara simultan pada setiap subyek penelitian (Ketut, 2015). Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan postur kerja janggal saat menjanging ikan terhadap keluhan *low back pain* pada nelayan.

Populasi dala penelitian ini adalah seluruh nelayan yang ada di perkumpulan Putri Duyung yang berjumlah 50 orang, wilayah kerja Puskesmas Tanjung Pinang Kota Tanjung Pinang Tahun 2020.

Sampel pada penelitian ini didapatkan dengan teknik pengambilan sampel purposive sampling, didapatkan jumlah sampel 44 orang, yang memenuhi kriteria inklusi tidak terdiagnosis tumor tulang belakang dan gangguan akibat cedera tulang belakang. Instrumen pada penelitian ini adalah lembar kuesioner dan lembar observasi dengan metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA).

Analisa data pada penelitian ini adalah univariat dan bivariat. Analisa univariat dilakukan untuk melihat karakteristik responden yang meliputi masa kerja, umur, imt dan pendidikan. Analisa Bivariat menggunakan uji *Chi-square* untuk melihat adanya hubungan antara variable dependent dan variable independen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian didapatkan hasil sebagai berikut :

A. Analisa Univariat

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Perkumpulan Nelayan Putri Duyung

No	Variabel	Frekuensi	Persentase (%)
1	Umur		
	20-35	19	43,2
	36-50	15	34,1
	>51 Tahun	10	22,7
2	Masa Kerja		
	<5 Tahun	14	31,8
	>5 Tahun	30	68,2
3	IMT		
	Kurus	12	27,3
	Normal	21	47,7
	Gemuk	11	25,0
4	Pendidikan		
	SD	14	31,8
	SMP	21	47,7
	SMA	9	20,5

Dari Tabel diatas terlihat bahwa umur nelayan 20-35 ada 19 nelayan (43,2%), umur 36-50 ada 15 nelayan (34,1%) sedangkan umur diatas 51 tahun ada 10 nelayan (22,7%). Rata-rata masa kerja nelayan adalah <5 tahun sebanyak 14 nelayan (31,8%) dan masa kerja >5 tahun sebanyak 30 nelayan (68,2%). Adapun untuk Indeks Masa Tubuh , kurus ada 12 nelayan (27,3%), normal 21 nelayan (47,7%) dan gemuk 11 nelayan (25,0%). Sedangkan untuk pendidikan nelayan, pendidikan SD ada 14 nelayan (31,8%), SMP ada 21 nelayan (47,7%) dan untuk pendidikan SMA ada 9 nelayan (20,5%).

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Postur Kerja Janggal saat Menjaring Ikan

Postur Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Janggal	2	4,5
Janggal	42	95,5
Total	44	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 44 nelayan yang mempunyai postur kerja tidak janggal sebanyak 2 nelayan (4,5%), sedangkan yang mempunyai postur janggal sebanyak 42 nelayan (95,5%).

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Keluhan *Low Back Pain* Saat Menjaring Ikan.

LBP	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Ada Keluhan	8	18,2
Ada Keluhan	36	81,8
Total	44	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 44 nelayan yang tidak mempunyai keluhan *Low Back Pain* sebanyak 8 nelayan (18,2%), sedangkan yang mempunyai keluhan *Low Back Pain* sebanyak 36 nelayan (81,8%).

B. Analisa Bivariat

Tabel 4
Hubungan Postur Kerja Janggal terhadap Keluhan *Low Back Pain* Pada Perkumpulan Nelayan Putri Duyung Tahun 2020

Postur Kerja Janggal	Keluhan LBP				Total		<i>p-value</i>
	Tidak LBP		LBP				
	n	%	n	%	N	%	
Tidak Janggal	2	100	0	0	2	100	0,030
Janggal	6	14,3	36	85,7	42	100	
Total	8	18,8	36	81,8	44	100	

Berdasarkan tabel diatas, menunjukan bahwa nelayan dengan kategori postur kerja tidak janggal dan janggal tidak mengalami keluhan *Low Back Pain* sebanyak 8 nelayan (18,8%), nelayan dengan kategori postur kerja tidak janggal dan janggal mengalami keluhan *Low Back Pain* sebanyak 36 nelayan (81,8%), sedangkan nelayan dengan kategori tidak LBP dan LBP mengalami postur kerja tidak janggal sebanyak 2 nelayan (4,5%), nelayan dengan kategori tidak LBP dan LBP mengalami postur kerja janggal sebanyak 42 nelayan (95,5%). Hasil uji statistik dengan *p-value* $0,030 < \alpha 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak H_a diterima berarti ada hubungan signifikan antara postur kerja janggal dengan keluhan *Low Back Pain*.

C. Pembahasan

Pada penelitian ini, terdapat 44 nelayan di Perkumpulan Nelayan Putri Duyung. Dari 44 nelayan ditemukan 2 dari nelayan mempunyai postur kerja tidak janggal dan 42 nelayan mempunyai postur kerja yang janggal. Dan dari 44 nelayan yang mempunyai keluhan *Low Back Pain* sebanyak 34 nelayan dan yang tidak mempunyai keluhan *Low Back Pain* sebanyak 8

nelayan. Pada penelitian ini dapat dilihat bahwa postur kerja janggal mempengaruhi keluhan musculoskeletal.

Berdasarkan penelitian dari Nurmianto (2004) tentang posisi kerja yang tidak benar dan dipaksakan dapat menimbulkan kelelahan pada otot sehingga kerja menjadi tidak efisien. Dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan gangguan fisik dan psikologis dengan keluhan yang dirasakan pada punggung.

Sedangkan hasil observasi di Perkumpulan Nelayan Putri Duyung terlihat jumlah nelayan dengan postur kerja janggal sebanyak 42 nelayan (95,45%) karena dilihat dari postur kerja yang dihitung dengan metode REBA yang nilai akhirnya lebih dari 11+ yaitu perlu adanya perbaikan segera. Hal ini dikarenakan karena nelayan dalam bekerja lebih banyak dengan posisi yang tidak ergonomis.

Hasil uji statistik dengan nilai $p\text{-value } 0.030 < \alpha 0,05$ maka dapat disimpulkan H_0 ditolak H_a diterima berarti ada hubungan yang signifikan antara postur kerja janggal dengan keluhan *Low Back Pain* pada Perkumpulan Nelayan Putri Duyung Tahun 2020. Dari hasil ini dapat dilihat bahwa postur kerja janggal seseorang dapat mempengaruhi terjadinya keluhan *low back pain* yang dialaminya.

Berdasarkan hasil kuesioner yang didapatkan saat penelitian ditemukan bahwa dari 44 responden banyak nelayan yang mengalami keluhan *low back pain*. Para nelayan yang mempunyai postur kerja janggal rata – rata mempunyai keluhan *low back pain*, meskipun ada yang mempunyai keluhan *low back pain* tapi dengan postur kerja yang tidak janggal.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian Fathoni (2012) tentang Metodologi Penelitian yang diperoleh nilai $p\text{ value} < 0,05$ yang berarti ada hubungan yang bermakna antara postur kerja janggal dengan *low back pain*.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Sakinah (2012), analisa berdasarkan postur tubuh saat bekerja dengan menggunakan uji *statistic chi-square* dengan melihat *continuity correlation* menunjukkan bahwa ada hubungan antara postur kerja janggal dengan keluhan *low back pain* pada Perkumpulan Nelayan Putri Duyung dengan $p\text{-value} = 0,030 < 0,05$.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada Perkumpulan Nelayan Putri Duyung di wilayah kerja Puskesmas Tanjungpinang Tahun 2020 terkait Postur Kerja Janggal terhadap Keluhan *Low Back Pain* dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Nelayan yang mempunyai Postur Kerja Janggal saat menjaring ikan sebanyak 95,5%, sedangkan nelayan yang tidak mempunyai postur kerja janggal sebanyak 4,5%.
2. Distribusi Frekuensi nelayan yang tidak mempunyai keluhan *low back pain* sebanyak 18,2% sedangkan nelayan yang mempunyai keluhan *low back pain* sebanyak 81,8%.
3. Hubungan postur kerja janggal terhadap keluhan *low back pain* pada Perkumpulan Nelayan Putri Duyung adalah terdapat hubungan yang signifikan antara postur kerja janggal terhadap keluhan *low back pain* dengan nilai $p\text{-value } 0,030$ yaitu yang artinya $p\text{-value} < 0,05$.

SARAN

1. Sebaiknya nelayan bisa melakukan relaksasi otot/peregangan sebelum bekerja supaya otot tidak kaku dan bisa meminimalisir keluhan *musculoskeletal*.
2. Melakukan pekerjaan dengan memperhatikan postur kerja saat bekerja dan mengurangi durasi bekerja sehingga keluhan setelah bekerja berkurang.
3. Melakukan pemeriksaan secara rutin setiap bulan supaya bisa mengetahui serta mengontrol kesehatan tubuh agar terhindar dari penyakit yang bisa mengganggu aktivitas kerja.

UCAPAN TERIMA KASIH

Saya ucapkan terima kasih kepada Puskesmas Tanjungpinang yang telah memberikan ijin untuk melakukan penelitian di wilayah kerjanya serta kepada perkumpulan nelayan putri duyung yang telah memberikan kesempatan kepada saya untuk mengadakan penelitian sehingga penelitian ini bisa selesai. Selain itu terima kasih saya ucapkan kepada dosen pembimbing dan dosen penguji yang telah memberikan bimbingan dan masukan terhadap penulisan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Tarwaka, Sholichul, Lilik Sudiajeng, 2004. *Ergonomi Untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. Surakarta: UNIBA PRESS
- Tarwaka, 2010. *Ergonomi Industri*. Surakarta: HARAPAN PRESS.
- Tarwaka, dkk, 2004. *Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktifitas*. Uniba Press, Surakarta.
- Wagiu, S.A. 2005. *Pendekatan Diagnostik Low Back Pain (LBP)*. FK UI. Jakarta.
- Nurmianto, Eko. “*Ergonomi: Konsep Dasar dan Aplikasinya*, Edisi Kedua” Guna Widya, Surabaya, Indonesia, 2008
- World Health Organization. *Redifining Obesity and Its Treatment*. 2000. Available from:<http://www.wpro.who.int/nutrition/documents/docs/Redefiningobesity.pdf>
- Arsa, I Ketut, 2015. *Pengaruh Kinerja Keuangan Terhadap Alokasi Belanja Modal Dan Pertumbuhan Ekonomi Pemerintah Kabupaten/ Kota SeProvinsi Bali Tahun 2006 S.D. 2013*. Tesis Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Udayana, Denpasar
- Abdurrahmat, Fathoni. 2012. *Metodolog Penelitian dan Teknik Penyusunan Skripsi*. Jakarta:PT Rineka Cipta
- Sakinah. Rafael Djajakusli, dan Furaan Naeim. 2012. *Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Batu Bata Di Kelurahan Lawawoi Kabupaten Sidrap*. Makassar: Universitas Hassanudin Makassar.
- Ketut, S. I. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. (B. Monica, Ed.) (Edisi II). Yogyakarta.