

## ABSTRAK

### PREVALENSI LOW BACK PAIN PADA TENAGA KERJA PERUSAHAAN PENGOLAHAN TEH PT. “X” DI KOTA GARUT

Marchel S.Y, 2011; Pembimbing I : July Ivone, dr., M.K.K., M.Pd.Ked.  
Pembimbing II : Dedeh Supantini, dr., Sp.S., MPd.Ked.

*Low back pain* (LBP) merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang disebabkan oleh aktivitas tubuh yang kurang baik. Faktor risikonya adalah tegangnya postur tubuh, obesitas, kehamilan, faktor psikologi, dan beberapa aktivitas yang dilakukan dengan tidak benar seperti mengangkat barang yang berat dan duduk yang lama.

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui angka kejadian LBP pada tenaga kerja perusahaan pengolahan teh PT. “X” di kota Garut, sikap tenaga kerja dalam menghadapi timbulnya gejala LBP, waktu yang dibutuhkan dari mulai bekerja sampai timbulnya gejala, dan mengetahui pengaruh LBP terhadap aktivitas di luar jam kerja.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan rancangan penelitian *cross-sectional*. Responden berjumlah *whole sample* yaitu 30 orang tenaga kerja PT. “X” di kota Garut. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara dengan kuesioner.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa angka kejadian LBP pada tenaga kerja perusahaan pengolahan teh PT. “X” di kota Garut sebanyak 29 orang (96,67%). Mayoritas memilih untuk memijat bagian yang nyeri untuk menghilangkan gejala. Mayoritas mengalami awitan nyeri setelah bekerja selama 2–3 jam. Seluruh tenaga kerja dapat melakukan aktivitas sehari-hari tanpa terganggu oleh gejala LBP.

Kesimpulan penelitian ini adalah angka kejadian LBP pada tenaga kerja di perusahaan “X” sangat tinggi, oleh karena itu perusahaan harus mengubah pola kerjanya, sehingga diharapkan dapat meningkatkan kualitas kerja dan menghindari terjadinya kecelakaan kerja.

**Kata kunci** : *low back pain*, tenaga kerja, teh.

## **ABSTRACT**

### **PREVALENCE OF LOW BACK PAIN AMONGST LABORERS OF TEA COMPANY "X" IN GARUT CITY**

Marchel S.Y, 2011; 1<sup>st</sup> Tutor : July Ivone, dr., M.K.K., M.Pd.Ked.  
2<sup>nd</sup> Tutor : Dedeh Supantini, dr., Sp.S., MPd.Ked

*Low back pain (LBP) is one of the musculoskeletal disorders that is caused by poor body activity. Some risk factors associated with LBP include: body strain, obesity, pregnancy, psychological factors, and other activities associated with increased strain on the body like sitting and improper body positioning when lifting heavy objects.*

*The goal of this study is to determine the prevalence of LBP within laborers of company "X" in the city of Garut, their attitude towards the emergence of the symptoms, the time required before the onset of symptoms and the impact of LBP on the laborer's lives outside of work.*

*This was a descriptive study using the cross-sectional method. There were a total of 30 subjects (whole sample), all derived from labors of company "X" in Garut. Data was primarily acquired using a questionnaire through interviews directly with the laborers.*

*Results of the study indicated that the prevalence of LBP amongst the laborers of company "X" was 96.67% or 29 of the 30 people interviewed. It was also found that a majority of the laborers with symptoms preferred massages of the affected areas to relieve the symptoms. The symptoms most commonly appeared 2 - 3 hours after beginning work. All the laborers were able to continue leading normal lives without being bothered by the symptoms.*

*From this study, it can be concluded that the prevalence of LBP amongst the laborers of company "X" is very high. Therefore, there must be a change in company work procedures that would decrease new incidences of LBP and increase the quality of work done by their laborers*

**Keyword :** *low back pain, laborer, tea.*

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>JUDUL</b> .....	i
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	iii
<b>ABSTRAK</b> .....	iv
<b>ABSTRACT</b> .....	v
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	vi
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Identifikasi Masalah .....	2
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian .....	2
1.3.1 Maksud Penelitian .....	2
1.3.2 Tujuan Penelitian .....	3
1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah .....	3
1.4.1 Manfaat Akademis .....	3
1.4.2 Manfaat Praktis .....	3
1.5 Metodologi Penelitian .....	3

## **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

2.1 Struktur Punggung .....	5
2.2 <i>Low Back Pain</i> / (LBP) .....	6
2.2.1 Definisi .....	6
2.2.2 Dasar Diagnosis .....	7
2.2.3 Etiologi dan Klasifikasi LBP .....	9
2.2.3.1 Etiologi LBP .....	9
2.2.3.2 Klasifikasi LBP .....	11
2.2.4 Penatalaksanaan dan Pencegahan LBP .....	14
2.3 Faktor Risiko Masa Kerja dan Umur Karyawan .....	16
2.4 Faktor Risiko Sikap dan Posisi Kerja terhadap Alat Kerja .....	17
2.5 Ergonomi .....	20
2.5.1 Definisi .....	20
2.5.2 Metode Ergonomi .....	21
2.5.3 Aplikasi/Penerapan Ergonomi .....	21
2.5.4 Posisi Duduk .....	24
2.5.5 7 Aturan Dasar Ergonomi .....	24
2.6 Kelelahan/ <i>fatigue</i> .....	27
2.7 Istirahat .....	29

## **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

3.1 Metode Penelitian .....	30
3.2 Rancangan Penelitian .....	30
3.3 Populasi dan Sampel .....	30
3.3.1 Populasi .....	30

3.3.2 Sampel .....	30
3.4 Kriteria Pemilihan Subjek.....	31
3.4.1 Inklusi .....	31
3.4.2 Eksklusi .....	31
3.5 Instrumen Penelitian.....	31
3.6 Pengumpulan Data .....	31
3.6.1 Sumber Data .....	31
3.7 Rencana Analisis Yang Digunakan.....	31
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Gambaran Perusahaan.....	32
4.2 Hasil Penelitian .....	33
4.2.1 Pengaruh LBP Terhadap Aktivitas Di Luar Jam Kerja .....	37
4.2 Pembahasan.....	38
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Simpulan .....	40
5.2 Saran.....	40
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>41</b>
<b>RIWAYAT HIDUP.....</b>	<b>56</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 4.1 Data Responden .....	33
Tabel 4.2 Keterangan Pekerjaan .....	34
Tabel 4.3 Angka Kejadian LBP .....	34
Tabel 4.4 Kondisi LBP.....	35
Tabel 4.5 Respon Karyawan Terhadap Timbulnya Rasa Nyeri.....	37
Tabel 4.6 Penggunaan Obat-obatan Terhadap Rasa Nyeri .....	37

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 Otot Punggung .....	7
Gambar 2.2 Posisi Tubuh Saat Mengangkat Beban Berat .....	23
Gambar 2.3 Posisi Kerja .....	25
Gambar 2.4 Daerah Jangkauan Tangan .....	25
Gambar 2.5 Peletakan Barang Pekerjaan .....	26
Gambar 2.6 Posisi Tangan Saat Bekerja .....	26
Gambar 2.7 Jangkauan Daerah Penglihatan .....	27
Gambar 2.8 Perlengkapan Pekerjaan .....	27

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1 Komisi Etik Penelitian.....	43
Lampiran 2 Kuisisioner Prevalensi <i>Low Back Pain</i> .....	44
Lampiran 3 <i>Modified Oswestry Low Back Pain Disability Questionnaire</i> .....	47
Lampiran 4 Foto Tenaga Kerja Pengolahan Teh PT. "X" .....	52