

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Low back pain (LBP) atau nyeri punggung bawah merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang disebabkan oleh aktivitas tubuh yang kurang baik (Maher, 2002). LBP dapat disebabkan oleh berbagai penyakit muskuloskeletal, gangguan psikologis dan mobilisasi yang salah (Rakel, 2002).

LBP adalah nyeri punggung bawah yang berasal dari tulang belakang, otot, saraf atau struktur lain pada daerah tersebut. Otot-otot punggung biasanya mulai letih setelah duduk selama 15-20 menit, sehingga mulai dirasakan LBP. LBP diklasifikasikan ke dalam 2 kelompok yaitu akut dan kronik. LBP akut terjadi dalam waktu kurang dari 12 minggu (Samara, 2004). Sedangkan LBP kronik terjadi dalam waktu 3 bulan. Dengan demikian LBP adalah gangguan muskuloskeletal yang pada daerah punggung bawah yang disebabkan oleh berbagai penyakit dan aktivitas tubuh yang kurang baik (Rogers, 2006).

Faktor risiko terjadinya LBP karena tegangnya postur tubuh, obesitas, kehamilan, faktor psikologi, dan beberapa aktivitas yang dilakukan dengan tidak benar seperti mengangkat barang yang berat dan duduk yang lama. Duduk lama pada murid sekolah atau mahasiswa pada saat perkuliahan berlangsung juga dapat mengakibatkan terjadi nyeri punggung (Klooch, 2006).

Usia merupakan faktor yang mendukung terjadinya LBP, sehingga biasanya diderita oleh orang berusia lanjut karena penurunan fungsi-fungsi tubuhnya terutama tulangnya sehingga tidak lagi elastis seperti di waktu muda. Tetapi saat ini sering ditemukan orang berusia muda sudah terkena LBP, seperti sebuah penelitian yang dilakukan oleh Klooch tahun 2006 pada murid sekolah menengah atas di Skandinavia yang usianya masih sangat muda menemukan bahwa 41,6 % murid sekolah menderita LBP selama duduk dikelas. Dengan demikian usia bukan lagi faktor yang memperberat melainkan faktor pendukung (Klooch, 2006).

Berdasarkan data *British Chiropractic Association*, sekitar 32% populasi dunia

menghabiskan waktu lebih dari 10 jam sehari untuk duduk di depan meja kerja. Separuh dari populasi tersebut tidak pernah meninggalkan meja kerja, bahkan saat makan siang. Sementara itu, dua pertiga populasi menambah porsi duduk tegak saat berada di rumah. Hal tersebut memicu timbulnya keluhan LBP (Chang, 2006).

Masalah nyeri pinggang yang timbul akibat duduk lama menjadi fenomena yang sering terjadi saat ini. Ternyata 60 % orang dewasa mengalami LBP karena masalah duduk yang terjadi pada mereka yang bekerja atau yang aktivitasnya lebih banyak dilakukan dengan duduk. Duduk lama dengan posisi yang salah dapat menyebabkan otot-otot pinggang menjadi tegang dan dapat merusak jaringan lunak sekitarnya (Chang, 2006).

Berdasarkan uraian tersebut di atas, peneliti merasa tertarik untuk mengambil judul :

“Prevalensi Low Back Pain Pada Tenaga Kerja Perusahaan Pengolahan Teh PT. “X” Di Kota Garut”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka identifikasi masalahnya adalah :

1. Berapa besar angka kejadian LBP pada tenaga kerja perusahaan pengolahan teh PT. ”X”.
2. Bagaimana respon tenaga kerja dalam menghadapi timbulnya gejala LBP.
3. Berapa lama waktu yang dibutuhkan dari mulai bekerja sampai timbulnya gejala LBP.
4. Bagaimana pengaruh LBP terhadap aktivitas di luar jam kerja.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Maksud dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar angka kejadian LBP dan bagaimana pengaruhnya terhadap kehidupan sehari-hari.

1.3.2 Tujuan Penelitian

1. Mengetahui angka kejadian LBP pada tenaga kerja perusahaan pengolahan teh PT. "X".
2. Mengetahui respon tenaga kerja dalam menghadapi timbulnya gejala LBP.
3. Mengetahui waktu yang dibutuhkan dari mulai bekerja sampai timbulnya gejala LBP.
4. Mengetahui pengaruh LBP terhadap aktivitas di luar jam kerja.

1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1.4.1 Manfaat Akademis

Memberi masukan pada institusi perusahaan tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian LBP pada pekerja sehingga informasi ini dapat digunakan untuk menyusun langkah-langkah strategi dalam mencegah terjadinya LBP yang diakibatkan oleh duduk dan berdiri yang lama pada saat bekerja, serta akibat seringnya mengangkat beban berat.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi perusahaan, dapat dijadikan masukan sebagai informasi kesehatan para tenaga kerjanya pada saat bekerja, sehingga diharapkan mampu meningkatkan kualitas kerja para tenaga kerjanya.
2. Bagi tenaga kerja, dapat mengetahui kondisi kesehatan mereka, dan mengetahui apa saja yang dapat dilakukan sehingga diharapkan dapat meningkatkan kualitas kerjanya.
3. Bagi peneliti, dapat mengetahui angka kejadian LBP serta bagaimana pengaruhnya terhadap kehidupan sehari-hari.
4. Bagi universitas, dapat dijadikan sumber untuk penelitian lebih lanjut.

1.5 Metodologi Penelitian

- Jenis penelitian : deskriptif

- Rancangan penelitian : *Cross sectional*
- Instrumen : kuesioner.
- Teknik pengumpulan data : survey, melalui wawancara langsung dengan responden.
- Populasi : tenaga kerja perusahaan pengolahan teh PT. "X" di kota Garut.
- Sampel : seluruh tenaga kerja tetap perusahaan teh PT. "X" di kota Garut (*whole sample*).
- Lokasi dan waktu penelitian
 - Lokasi : perusahaan pengolahan teh PT. "X" di kota Garut.
 - Waktu penelitian : Januari 2010 – Desember 2010.