

Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah (NPB) Pada Nelayan Di Negeri Laha

Rahmawati Indriyani

Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat STIKes Maluku Husada

Ilyas Ibrahim

STIKes Maluku Husada

Zulfikar Lating

STIKes Maluku Husada

Korespondensi penulis: rhmwtyindryani@gmail.com

ABSTRACT. Low back pain is discomfort felt in the lower back area, starting from the sacrum to the corner of the lowest ribs. Based on the results of an initial survey taken by interviewing 10 fishermen in Laha Country, 7 out of 10 fishermen felt or experienced pain in their lower back. The job of fishermen in Laha Country is to look for fish in the sea in a bent position and with minimal equipment, namely fishing nets. The type of research is analytical observational research with a cross sectional study approach. Population of fishing communities in Laha Country. The sampling technique used a probability sampling technique with simple random sampling of 91 respondents. The instrument uses a questionnaire. Data analysis used the chi square test with a significance level of $p < 0.05$. The research results showed that there was a relationship between age and NPB (P -value = 0.000), there was no relationship between body mass index and NPB (P -value = 0.379), there was no relationship between length of service and NPB (P -value = 0.134), There is a relationship between length of work and NPB (P -value = 0.001), and there is a relationship between work position and NPB (P -value = 0.003).

Keywords: Lower Back Pain (NPB), Fisherman.

ABSTRAK. Nyeri punggung bawah (*low back pain*) adalah rasa tidak nyaman yang dirasakan di daerah punggung bawah, mulai dari sakrum hingga sudut tulang rusuk terbawah. Berdasarkan hasil survey awal yang diambil dengan wawancara 10 nelayan di Negeri Laha bahwa 7 dari 10 nelayan merasakan atau mengalami rasa nyeri pada punggung bawah. Pekerjaan para nelayan di Negeri Laha untuk mencari ikan di laut dengan posisi membungkuk dan dengan peralatan seadanya yaitu jaring ikan. Jenis penelitian adalah *penelitian observasional analitik* dengan pendekatan *cross sectional Study*. Populasi masyarakat nelayan di Negeri Laha. Teknik sampel menggunakan teknik *probability sampling* dengan jenis *simple random sampling* sebanyak 91 responden. Instrumen menggunakan kuisioner. Data analisa menggunakan uji *chi square* dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara usia dengan NPB (P -value = 0.000), tidak ada hubungan antara indeks masa tubuh dengan NPB (P -value = 0.379), tidak ada hubungan antara masa kerja dengan NPB (P -value = 0.134), terdapat hubungana antara lama kerja dengan NPB (P -value = 0.001), dan terdapat hubungan antara posisi kerja dengan NPB (P -value = 0.003).

Kata kunci: nyeri punggung bawah (NPB), nelayan

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Kesehatan kerja bertujuan untuk meningkatkan produktivitas kerja dan status kesehatan pada tingkat yang setinggi-tingginya. Ini adalah komponen aplikasi kesehatan atau kesehatan masyarakat yang memengaruhi individu dalam masyarakat pekerja dan komunitas lokal^[1]. Nyeri punggung bawah, juga dikenal sebagai *low back pain* adalah rasa tidak nyaman

yang dirasakan di daerah punggung bawah, mulai dari sakrum hingga sudut tulang rusuk terbawah. Ada dua jenis nyeri punggung bawah yaitu akut dan kronis. Nyeri punggung bawah akut berlangsung kurang dari 6 minggu, namun nyeri punggung bawah kronis berkembang ketika nyeri berlangsung lebih dari 12 minggu^[1]

Nyeri punggung bawah adalah rasa tidak nyaman yang berasal dari punggung bawah dan disebabkan oleh daerah tulang belakang, otot, saraf, atau jaringan lain. Masalah nyeri punggung merupakan salah satu keluhan yang dapat menurunkan produktivitas kerja. Usia, jenis kelamin, massa kerja, lama bekerja, indeks masa tubuh (IMT) dan posisi kerja merupakan faktor yang terkait dengan keluhan ketidaknyamanan punggung bawah^[2]. Setiap tahun, nyeri punggung bawah mungkin berubah secara signifikan dari 15 menjadi 45%. Penyakit punggung bawah tetap ada bahkan di negara-negara berkembang hingga mencapai 33% hingga 1,1 juta dari 17,3 juta orang di Inggris yang menderita sakit punggung mungkin menjadi lumpuh. Hingga 26% orang di Amerika mengalami ketidaknyamanan punggung setidaknya satu hari setiap tiga bulan^[3]. Menurut Hasil Riset Kesehatan Dasar, prevalensi penyakit muskuloskeletal di Indonesia berdasarkan diagnosis atau gejala adalah 24,7%, dengan 11,9% kasus pernah mendapat perhatian tenaga medis. Tidak diketahui berapa banyak orang Indonesia yang menderita ketidaknyamanan punggung bawah, meskipun perkiraan berkisar antara 7,6% hingga 37%^[4].

Menurut WHO (*World Health Organization*) Nyeri punggung bawah merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang paling sering terjadi pada pekerja Indonesia yang memiliki faktor risiko pekerjaan global untuk jumlah morbiditas dan mortalitas sebesar 37%, pekerja di Indonesia mengalami masalah kesehatan yang serius terkait dengan gangguan muskuloskeletal. Nyeri punggung bawah merupakan salah satu ketidaknyamanan muskuloskeletal yang paling umum bagi kesehatan^[5]. Maluku adalah sebuah provinsi di Indonesia Timur yang luasnya mencapai 712.480 km², dengan 7,6% wilayahnya berupa daratan dan 92,4% berupa perairan. Mayoritas masyarakat yang bermukim di wilayah pesisir di Maluku bermata pencaharian dengan memanfaatkan sumber daya alam yang tersedia dengan bekerja sebagai nelayan karena pulau ini memiliki wilayah perairan yang luas dengan sumber daya alam yang unik, termasuk perikanan. Tepi pantai sering kali menjadi rumah bagi pemukiman nelayan. Adapun risiko yang harus diterima dalam pekerjaan apapun termasuk yang melibatkan penangkapan ikan seperti yang dilakukan oleh nelayan. Bahaya yang ditemukan seringkali berupa gangguan kesehatan yang berkembang akibat kecelakaan kerja^[6].

Pada kejadian ini berdasarkan hasil survey awal yang diambil dengan wawancara 10 nelayan di Negeri Laha bahwa 7 dari 10 nelayan merasakan atau mengalami rasa nyeri pada punggung bawah. Pekerjaan para nelayan di Negeri Laha untuk mencari ikan di laut dengan posisi membungkuk dan dengan peralatan seadanya yaitu jaring ikan. Salah satu posisi kerja terburuk yang digunakan saat bekerja adalah membungkuk, yang dapat menyebabkan keluhan ketidaknyamanan pada punggung bagian bawah.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian *Observasional Analitik* dengan desain *cross sectional study* yang dimaksudkan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan keluhan nyeri punggung bawah pada nelayan di Negeri Laha. Penelitian ini dilaksanakan di Negeri Laha pada bulan juli sampai agustus. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh nelayan yang berada di negeri Laha berdasarkan perhitungan menggunakan rumus slovin, didapatkan hasil sampel sebanyak 91 orang nelayan. Data-data dalam penelitian ini terdiri dari data primer yang diperoleh langsung menggunakan kuesioner dan data sekunder yang diperoleh dari secara tidak langsung melalui berbagai bahan literatur.

Dalam penelitian ini instrument penelitian yang digunakan dalam pengumpulan data yaitu penyebaran kuesioner, kamera sebagai alat dokumentasi, alat tulis, alat ukur berat badan dan tinggi badan dan laptop. Data yang telah diolah melalui Teknik pengolahan dengan bantuan laptop menggunakan program SPSS untuk membuktikan adanya hubungan antara pengaruh antara variabel-variabel penelitian univariat dan bivariat.

HASIL

Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden Menurut Jenis Pekerjaan Nelayan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Menurut jenis Pekerjaan Nelayan di Negeri Laha

Jenis Pekerjaan	n	%
Nelayan Buruh	46	51
Nelayan Juragan	33	36
Nelayan Perorangan	12	13
Jumlah	91	100

Pada tabel 1 diketahui distribusi frekuensi Jenis pekerjaan nelayan terbanyak yaitu sebagian besar nelayan buruh yaitu berjumlah 46 responden dengan persentase (51%), sedangkan paling sedikit nelayan perorangan yaitu berjumlah 12 responden dengan presentase (13%), dari 91 responden yang bekerja sebagai nelayan di Negeri Laha

2. Karakteristik Responden Menurut Pendidikan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Menurut Pendidikan Nelayan Di Negeri Laha

Pendidikan	n	%
SD	4	4
SMP	6	7
SMA	69	76
D3/S1/S2/S3	12	13
Jumlah	91	100

Tabel 2 di atas menerangkan bahwa distribusi frekuensi pendidikan responden dari total 91 responden memiliki sebagian besar berpendidikan SMA yaitu berjumlah 69 responden dengan persentase (76%), sedangkan paling sedikit kelompok SD yaitu berjumlah 4 responden dengan presentase (4%).

3. Karakteristik Responden Menurut Faktor Usia

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Menurut Usia Nelayan Di Negeri Laha

Usia	n	%
(<45 tahun)	54	59
(>45 tahun)	37	41
Jumlah	91	100

Tabel 3 di atas menerangkan bahwa, distribusi usia responden terbanyak yaitu sebagian besar berumur 20-45 tahun yaitu berjumlah 54 responden dengan persentase (59%), sedangkan paling sedikit berumur ≥ 45 tahun yaitu berjumlah 37 responden dengan presentase (41%), dari 91 responden yang bekerja sebagai nelayan di Negeri Laha.

4. Karakteristik Responden Menurut Faktor Indeks Masa Tubuh

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Menurut Indeks Masa Tubuh (IMT) Nelayan Di Negeri Laha

Indeks Masa Tubuh	n	%
Normal	60	61
Tidak Normal	31	34
Jumlah	91	100

Tabel 4 di atas dapat dijelaskan bahwa dari 91 responden yang bekerja sebagai nelayan di Negeri Laha distribusi Indeks Masa Tubuh responden terbanyak yaitu sebagian besar kategori normal yaitu berjumlah 60 responden dengan presentase (61%), sedangkan paling sedikit kategori tidak normal yaitu berjumlah 31 responden dengan presentase (34%). Kategori IMT tidak normal diantaranya terdapat responden sebanyak 21 (61,8%) mengalami underweight dan responden sebanyak 13 (38,2%) mengalami overweight.

5. Karakteritik Responden Menurut Faktor Masa Kerja

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Menurut Masa Kerja Nelayan Di Negeri Laha

Masa Kerja	n	%
Tidak Lama (<5 Tahun)	28	31
Lama (>5 Tahun)	63	69
Jumlah	91	100

Tabel 5 di atas diperoleh hasil distribusi masa kerja responden terbanyak yaitu sebagian besar mempunyai masa kerja lama dengan rentan waktu >5 tahun yaitu berjumlah 63 responden dengan persentase (69%), sedangkan paling sedikit mempunyai masa kerja tidak lama dengan rentan waktu <5 tahun yaitu berjumlah 28 responden dengan persentase (31%), dari jumlah 91 responden yang bekerja sebagai nelayan di Negeri Laha.

6. Karakteritik Responden Menurut Faktor Lama Kerja

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Menurut Lama Kerja Nelayan Di Negeri Laha

Lama Kerja	n	%
<8 Jam	29	32
>8 Jam	62	68
Jumlah	91	100

Tabel 6 di atas dapat diketahui bahwa dari 91 responden yang bekerja sebagai nelayan di Negeri Laha, distribusi lama kerja responden terbanyak yaitu sebagian besar >8 jam yaitu berjumlah 62 responden dengan persentase (68%), sedangkan paling sedikit <8 jam yaitu berjumlah 29 responden dengan persentase (32%).

7. Karakteritik Responden Menurut Faktor Posisi Kerja

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Menurut Posisi Kerja Nelayan Di Negeri Laha

Posisi Kerja	n	%
Posisi Benar	35	39
Posisi Salah	56	61
Jumlah	91	100

Tabel 7 di atas telah diperoleh data distribusi frekuensi faktor posisi kerja responden terbanyak yaitu sebagian besar posisi salah yaitu berjumlah 56 responden dengan persentase (61%), sedangkan paling sedikit posisi benar yaitu berjumlah 35 responden dengan persentase (39%), dari 91 responden yang bekerja sebagai nelayan di Negeri Laha.

8. Karakteristik Responden Mengalami Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Menurut Keluhan Nyeri Punggung Bawah Nelayan Di Negeri Laha

Keluhan Nyeri Punggung Bawah	n	%
Keluhan Ringan	32	35
Keluhan Berat	59	65
Jumlah	91	100

Tabel 8 di atas dapat dijelaskan bahwa dari jumlah 91 responden yang bekerja sebagai nelayan di Negeri Laha, distribusi keluhan nyeri punggung bawah responden terbanyak yaitu sebagian besar mengalami keluhan berat yaitu berjumlah 59 responden dengan persentase (65%), sedangkan paling sedikit mengalami keluhan ringan yaitu berjumlah 32 responden dengan presentase (35%).

Analisis Bivariat

1. Hubungan Usia dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Nelayan di Negeri Laha

Tabel 9. Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Usia Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan Di Negeri Laha

Usia	Keluhan NPB				Total		ρ value
	Ringan		Berat				
	n	%	n	%	n	%	
Muda (<45 thn)	28	52	26	48	54	100	0.000
Tua (>45 thn)	4	11	33	89	37	100	
Total	32	35	59	65	91	100	

Tabel 9 diatas telah diperoleh hasil uji *Chi-Square* data yang menunjukkan faktor usia dari jumlah sampel 91 orang responden terdapat responden yang mempunyai usia tua (>45 tahun) sebanyak 33 (89%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah berat dan responden sebanyak 4 (11%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah ringan, responden yang mempunyai usia muda (<45 tahun) sebanyak 26 (48%) mengalami keluhan nyeri punggung berat dan responden sebanyak 28 (52%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah ringan. Berdasarkan hasil uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p = <0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara faktor usia dengan keluhan nyeri punggung bawah.

2. Hubungan Indeks Masa Tubuh dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Nelayan di Negeri Laha

Tabel 10. Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Indeks Masa Tubuh Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan Di Negeri Laha

Indeks Massa Tubuh	Keluhan NPB				Total		ρ value
	Ringan		Berat				
	n	%	n	%	n	%	
Normal	23	38	37	62	60	100	0.379
Tidak Normal	9	29	22	71	31	100	
Total	32	35	59	65	91	100	

Tabel 10 dengan uji *Chi-Square* data menunjukkan faktor indeks massa tubuh terdapat responden yang mempunyai IMT normal sebanyak 37 (62%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah berat dan responden sebanyak 23 (38%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah ringan, responden yang mempunyai IMT tidak normal sebanyak 22 (71%) mengalami keluhan nyeri punggung berat dan responden sebanyak 9 (29%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah ringan dari 91 responden yang bekerja sebagai nelayan di Negeri Laha. Berdasarkan hasil uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0,379$ ($p = >0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara faktor indeks massa tubuh dengan keluhan nyeri punggung bawah.

3. Hubungan Masa Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Nelayan di Negeri Laha

Tabel 11. Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Masa Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan Di Negeri Laha

Masa Kerja	Keluhan NPB				Total		ρ value
	Ringan		Berat				
	n	%	n	%	n	%	
Tidak Lama (<5thn)	13	46	15	54	28	100	0.134
Lama (>5thn)	19	30	44	70	63	100	
Total	32	35	59	65	91	100	

Tabel 11 diatas telah dilakukan uji *Chi-Square* data menunjukkan faktor masa kerja dari jumlah sampel 91 orang responden terdapat responden yang mempunyai masa kerja tidak lama (<5 thn) sebanyak 15 (54%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah berat dan responden sebanyak 13 (46%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah ringan, responden yang mempunyai masa kerja lama (>5 thn) sebanyak 44 (70%) mengalami keluhan nyeri punggung berat dan responden sebanyak 19 (30%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah ringan. Berdasarkan hasil uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0,134$ ($p = >0,05$)

maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara faktor masa kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah.

4. Hubungan Lama Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Nelayan di Negeri Laha

Tabel 12. Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Lama Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan Di Negeri Laha

Lama Kerja	Keluhan NPB				Total		<i>p value</i>
	Ringan		Berat				
	n	%	n	%	n	%	
<8jam/hari	17	59	12	41	29	100	0.001
>8jam/hari	15	24	47	76	62	100	
Total	32	35	59	65	91	100	

Tabel 12 diatas menunjukkan telah dilakukan uji *chi square* tentang hubungan antara faktor lama kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah, dari jumlah sampel 91 orang responden terdapat responden yang mempunyai lama kerja <8jam/hari sebanyak 12 (41%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah berat dan responden sebanyak 17 (59%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah ringan, responden yang mempunyai lama kerja >8jam/hari sebanyak 47 (76%) mengalami keluhan nyeri punggung berat dan responden sebanyak 15 (24%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah ringan. Berdasarkan hasil uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0,001$ ($p = <0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara faktor lama kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah.

5. Hubungan Posisi Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Nelayan di Negeri Laha

Tabel 13. Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Posisi Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan Di Negeri Laha

Posisi Kerja	Keluhan NPB				Total		<i>P value</i>
	Ringan		Berat				
	n	%	n	%	n	%	
Posisi Kerja Benar	19	54	16	46	35	100	0.003
Posisi Kerja Salah	13	23	43	77	56	100	
Total	32	35	59	65	91	100	

Tabel 13 diatas dapat dijelaskan yaitu dengan dilakukan uji *Chi-Square* maka hasil menunjukkan faktor posisi kerja dari jumlah sampel 91 orang responden terdapat responden yang mempunyai posisi kerja benar sebanyak 16 (46%) mengalami keluhan nyeri punggung

bawah berat dan responden sebanyak 19 (54%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah ringan, responden yang mempunyai posisi kerja salah sebanyak 43 (77%) mengalami keluhan nyeri punggung berat dan responden sebanyak 13 (23%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah ringan. Berdasarkan hasil uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0,003$ ($p = >0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara faktor usia dengan keluhan nyeri punggung bawah.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Usia dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Nelayan di Negeri Laha

Dari hasil yang telah dipaparkan menunjukkan bahwa responden yang memiliki usia tua (>45 tahun) lebih banyak mengalami keluhan nyeri punggung bawah berat daripada responden yang memiliki usia muda (20-45 tahun). Pada usia tua yaitu >45 tahun di usia tersebut seseorang sudah tidak bisa beraktivitas atau bekerja dengan maksimal karena di usia tua akan terjadi penurunan fungsi tulang dan pengeroposan pada tulang sehingga menjadi faktor pendukung penyebab terjadinya nyeri punggung bawah. Usia pada faktor keluhan *low back pain* sangat berpengaruh karena semakin tua seseorang akan terjadi penurunan elastisitas pada tulang yang akan menjadi pemicu gejala terjadinya *low back pain*. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syarlina yang meneliti tentang Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pengrajin Gerabah Di Lingkungan Sandi Kelurahan Pallantikang Kecamatan Pattallassang Kabupaten Takalaryang, yang menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara Umur dengan keluhan nyeri punggung bawah Di Lingkungan Sandi Kelurahan Pallantikang Kecamatan Pattallassang Kabupaten Takalar^[7].

2. Hubungan Indeks Masa Tubuh dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Nelayan di Negeri Laha

Dari hasil yang telah dipaparkan menunjukkan bahwa responden yang memiliki indeks massa tubuh normal lebih banyak mengalami keluhan nyeri punggung bawah berat daripada responden yang memiliki indeks massa tubuh tidak normal. IMT yang tidak sesuai pada responden terbagi menjadi 4 yaitu sangat kurus, kurus, gemuk, dan obesitas. Responden yang mempunyai IMT sangat kurus sebanyak 6 orang, kurus sebanyak 4 orang, gemuk sebanyak 7 orang dan obesitas sebanyak 14 orang. IMT yang

normal dapat mempengaruhi tidak terjadinya low back pain dikarenakan IMT yang normal dapat membuat tidak terjadinya penumpukan lemak diperut yang bisa mengakibatkan penekanan pada tulang belakang sehingga menjadi tidak normal. Banyak minum air putih juga dapat mempengaruhi tidak terjadinya keluhan *low back pain*. Minum air putih secara teratur merupakan salah satu kebiasaan yang dapat dilakukan untuk meredakan keluhan *low back pain*.

3. Hubungan Masa Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Nelayan di Negeri Laha

Dari hasil yang telah dipaparkan menunjukkan bahwa responden yang memiliki masa kerja lama (>5 tahun) lebih banyak mengalami keluhan nyeri punggung bawah berat daripada responden yang memiliki masa kerja tidak lama (<5 tahun). Nelayan negeri Laha kebanyakan memiliki masa kerja > 5 tahun yang membuat para pekerja sudah melakukan pekerjaan membungkuk secara terus menerus yang membuat tulang belakang sudah terbiasa. Dari hasil wawancara terhadap beberapa nelayan yang memiliki masa kerja yang lama untuk keluhan *low back pain* pada saat bekerja itu sering dialami pada masa kerja < 5 tahun karena mungkin tulang belum terbiasa melakukan pekerjaan tersebut sehingga membuat keluhan *low back pain*. Sering minum air putih juga menjadi salah satu faktor tidak terjadinya low back pain dan juga sering melakukan peregangan saat melakukan pekerjaan untuk menimalisir keluhan yang terjadi apalagi yang sudah bekerja dengan masa kerja yang lama harus sering melakukan peregangan saat bekerja.

4. Hubungan Lama Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Nelayan di Negeri Laha

Dari hasil yang telah dipaparkan menunjukkan bahwa responden yang memiliki lama kerja >8jam/hari lebih banyak mengalami keluhan nyeri punggung bawah berat daripada responden yang memiliki lama kerja <8jam/hari. Pada umumnya lamanya seseorang bekerja dalam sehari sekitar 6 - 8 jam. Jika waktu kerja lebih dari jam tersebut akan menimbulkan penurunan produktivitas kerja terkait kondisi kelelahan, kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja. Jam kerja pada penelitian ini sangat berhubungan dengan keluhan nyeri punggung bawah. Nelayan melakukan aktivitasnya dalam menangkap ikan yaitu di malam hari sampai pagi hari. Pada pemberangkatan sore hari dilakukan pada jam 15.00-03.00 WIB dan waktu pemberangkatan malam hari pada jam 22.00-08.00. Penangkapan ikan ini dibutuhkan waktu paling lama 10-15 jam untuk mendapatkan hasil

yang maksimal. Aktivitas gerakan yang dilakukan secara berulang-ulang oleh nelayan saat pengoperasian alat dalam waktu yang lama dapat menyebabkan keluhan low back pain.

5. Hubungan Posisi Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Nelayan di Negeri Laha

Dari hasil olah data menggunakan Uji *chi square* didapatkan hasil $P\text{-value} = 0.003$ dimana $P\text{-value} < 0.05$ yaitu sama artinya bahwa ada hubungan yang signifikan antara Posisi Kerja dengan keluhan Nyeri Punggung Bawah. Hal ini dikarenakan dari hasil pengisian kuisioner mengenai posisi kerja yang dilakukan oleh peneliti adalah posisi yang digunakan oleh masyarakat nelayan yaitu posisi yang salah atau tidak ergonomis dan mengakibatkan terjadinya *low back pain*. posisi kerja yang digunakan adalah posisi yang abnormal yaitu dengan membungkuk untuk mencari ikan di laut, posisi tersebut sudah dijalani mulai dari awal bekerja sebagai nelayan hingga sampai akhir bekerja sebagai nelayan. Dan juga pekerjaan yang berada dibawah terik matahari langsung yang menyebabkan para nelayan kekurangan asupan air putih sehingga menjadi salah satu faktor terjadi keluhan nyeri punggung bawah. Posisi kerja yang tidak ergonomis menjadi salah satu faktor utama terjadinya *low back pain* posisi membungkuk dalam bekerja dapat dapat membuat otot punggung menjadi kaku dan menimbulkan nyeri pada punggung bawah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p = < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara faktor usia dengan keluhan nyeri punggung bawah. Berdasarkan hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,379$ ($p = > 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara faktor indeks massa tubuh dengan keluhan nyeri punggung bawah. Berdasarkan hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,134$ ($p = > 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara faktor masa kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah. Berdasarkan hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,001$ ($p = < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara faktor lama kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah. Berdasarkan hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,003$ ($p = < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara faktor posisi kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah.

DAFTAR PUSTAKA

- Perry Boy Chandra Siahaan, Putri Yunita Pane HR. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan Udang Di Belawan Sicanang Medan Belawan. 2021;3(March):1–19.
- Tito Nurfajri SAAH. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Nyeri. 2022;2(12):3933–8.
- Anggraika P, Apriani A PD. Hubungan Posisi Duduk Dengan Kejadian Low Back Pain(LBP) Pada Pegawai Stikes. Hub POSISI DUDUK DENGAN KEJADIAN LOW BACK PAIN PADA PEGAWAI STIKES 2019;4.
- Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementrian Kesehat RI 2018;53(9):1689–99.
- Sujono, Raharjo W, Fitriangga A. Hubungan Antara Posisi Kerja Terhadap Low Back Pain Pada Pekerja Karet Bagian Produksi Di PT. X Pontianak. J Cerebellum 2018;4(2):1037–51.
- Riry N, Silalahi P, Kailola N, Tahitu R. Karakteristik Pola Penyakit Pada Nelayan Pesisir Pulau Ambon Di Kecamatan Nusaniwe Tahun 2022. Pameri 2022;4(2):35–52.
- Syarlina. Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pengrajin Gerabah Di Lingkungan Sandi Kelurahan Pallantikang Kecamatan Pattallassang Kabupaten Takalar. 2019;