

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Nyeri punggung bawah (NPB) masih merupakan masalah yang sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari dan dapat menyerang kepada usia muda maupun lanjut usia.¹ Menurut Persatuan Dokter Saraf Indonesia (PERDOSSI) nyeri punggung bawah (NPB) adalah nyeri yang terasa diantara sudut iga terbawah sampai lipat bokong bawah yaitu di daerah lumbal atau lumbosakral dan sering disertai dengan perjalanan nyeri ke arah tungkai dan kaki.¹ Penyebab nyeri punggung bawah yang paling sering yaitu nyeri punggung bawah non-spesifik sekitar 85-95%.¹ Nyeri dirasakan mulai usia 29 tahun.² Berdasarkan data dari *National Health Interview Survey* (NHIS) penderita nyeri punggung bawah di Amerika Serikat mencapai 28,5%. Angka ini berada urutan pertama tertinggi untuk kategori nyeri yang sering dialami kemudian sefalgia dan migren pada urutan kedua sebanyak.¹

Di Amerika Serikat prevalensi NPB dalam satu tahun berkisar antara 15%-20%, sedangkan berdasarkan kunjungan pasien ke dokter adalah 14,3%.³ Dalam satu tahun terdapat lebih dari 500.000 kasus nyeri punggung bagian bawah dan dalam 5 tahun angka insidensi meningkat sebanyak 59%. Prevalensi per tahun mencapai 15 - 45%. Sebanyak 80- 90% kasus NPB akan sembuh dengan sendirinya selama 2 minggu. Dari 500.000 kasus 85% penderitanya adalah usia 18-56 tahun.³ Efek pribadi, sosial, dan finansial dari nyeri punggung sangat besar. Di Amerika, biaya tahunannya adalah 40 miliar dolar, dengan hilangnya upah dan produktivitas,

biaya hukum dan asuransi, dan dampak pada keluarga.⁴ Menurut *National National Savety Council* bahwa sakit akibat kerja yang frekwensi kejadiannya paling tinggi adalah sakit atau nyeri pada punggung yaitu 22% dari 1.700.000 kasus.⁵ Di Indonesia data epidemiologic mengenai diperkirakan 40% penduduk Jawa Tengah berusia antara 65 tahun pernah menderita nyeri punggung dan prevalensinya pada laki-laki 18,2% dan pada perempuan 13,6%.³

Nyeri punggung bawah dapat disebabkan oleh berbagai penyakit muskuloskeletal, gangguan psikologis dan mobilisasi yang salah. Terdapat beberapa faktor risiko penting yang terkait dengan kejadian NPB yaitu usia diatas 35 tahun, perokok, dan riwayat keluarga penderita musculoskeletal disorder, indeks massa tubuh (IMT), tinggi badan, kebiasaan olah raga, masa kerja, posisi kerja dan berat beban kerja dan kursi yang tidak ergonomis.⁶ Faktor yang berhubungan dengan keluhan nyeri punggung bawah, yaitu beban kerja, sikap kerja, kebiasaan merokok dan indeks massa tubuh.⁵ Penyebab nyeri punggung bawah yang sering adalah duduk terlalu lama, posisi duduk yang tidak ergonomis, postur tubuh yang tidak ideal, aktivitas yang berlebihan, serta trauma.⁷

Pekerjaan yang berisiko menimbulkan keluhan NPB antara lain pekerjaan yang memiliki jam kerja lama mengharuskan karyawannya untuk duduk dalam waktu yang lama pada posisi duduk tertentu, seperti operator komputer, penjahit, karyawan bank, dan pengemudi.⁸ Pegawai yang bekerja duduk dalam waktu yang lama memiliki faktor risiko tinggi untuk mengalami nyeri punggung bawah. Pekerja yang bekerja 7-8 jam perhari menyebabkan waktu istirahat yang berkurang dan kerja otot berat sehingga dapat berisiko kejadian nyeri punggung bawah.⁹ Pengaruh kursi yang tidak ergonomis dapat mengakibatkan keluhan nyeri punggung.¹⁰ kursi

yang tidak ergonomis akan menyebabkan posisi duduk menjadi tidak nyaman sehingga posisi tulang punggung bawah bagian lumbal dan otot terlalu sering digunakan dapat menyebabkan ketegangan otot oleh sikap berulang-ulang pada posisi yang sama sehingga otot akan meregang sehingga menimbulkan nyeri. Nyeri timbul karena regangan yang berlebihan pada perlekatan otot terhadap tulang.

PT Danbi International merupakan salah satu pabrik bulu mata palsu di Garut. Pegawai di bagian pembuatan bulu mata palsu merupakan salah satu bagian di PT Danbi International yang bekerja dengan posisi duduk dalam jangka waktu yang lama. Kemampuan pegawai bekerja dalam waktu yang lama dengan kursi yang tersedia akan mempengaruhi produktivitas kerjanya. Jika kursi yang tersedia tidak ergonomis dapat menyebabkan produktivitas kerja menurun.

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, peneliti berinisiatif untuk melakukan penelitian tentang hubungan lama duduk pada kursi yang tidak ergonomis pada kejadian nyeri punggung bawah.

1.2 Rumusan Masalah

1. Berapa jumlah kejadian nyeri punggung bawah pada karyawan PT Danbi International yang duduk pada kursi yang tidak ergonomis?
2. Berapa lama durasi duduk pada kursi yang tidak ergonomis pada karyawan yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah?
3. Bagaimana hubungan lama duduk pada kursi yang tidak ergonomis dengan keluhan nyeri punggung bawah?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui jumlah kejadian nyeri punggung bawah pada karyawan PT Danbi International yang duduk pada kursi yang tidak ergonomis.
2. Untuk menganalisis lama durasi duduk pada kursi yang tidak ergonomis yang menyebabkan kejadian nyeri punggung bawah.
3. Untuk menganalisis hubungan lama duduk pada kursi yang tidak ergonomis dengan keluhan nyeri punggung bawah.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu serta wawasan peneliti, serta sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

Memberikan informasi mengenai lama duduk dan posisi duduk yang benar kepada pegawai PT Danbi International.