

**ANALISIS KEJADIAN GANGGUAN *LOW BACK PAIN* PADA PEKERJA
PENGOLAH KERUPUK DI KOTA PALEMBANG
TAHUN 2019**

oleh

Khairiah¹, Chairil Zaman²

¹Mahasiswa Program Studi Kesehatan Masyarakat STIK Bina Husada Palembang

Email : khairiahsigit@gmail.com

²Dosen Tetap Program Studi Kesehatan Masyarakat STIK Bina Husada Palembang

Email : chairilzaman52@gmail.com

ABSTRAK

Studi kolaborasi tentang nyeri yang dilakukan oleh *World health organization* (WHO) 2013 didapatkan hasil bahwa 33% penduduk di negara berkembang mengalami nyeri persisten. Sehingga dapat mengganggu kualitas hidup dan menurunkan level aktivitas pekerja. Dari penelitian ini diperoleh informasi gambaran kejadian gangguan *LBP* pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang Tahun 2019. Penelitian ini merupakan penelitian *observasional analitik* dengan desain *cross sectional*. Dilakukan pada bulan Juni 2019. Responden dalam penelitian ini yakni pekerja pengolahan pengolahan kerupuk yang ada di Kelurahan Pipa Reja Palembang yang berjumlah 37 orang, teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Dari hasil penelitian didapati ada hubungan pendidikan (P value = 0,026) beban kerja (P value = 0,005), lama kerja (P value = 0,000), usia (P value = 0,001), jenis kelamin (P value = 0,004), kebiasaan merokok (P value = 0,006) dan masa kerja (P value = 0,001) terhadap gangguan *Low Back Pain* pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang. Diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan masukan untuk membuat kebijakan yang berhubungan dengan kesehatan dan keselamatan kerja untuk pengolahan kerupuk yang ada di Pipa Reja Palembang.

Kata Kunci : Gangguan *Low Back Pain*, Pekerja Pengolahan Kerupuk

ABSTRACT

A collaborative study of pain conducted by the World Health Organization (WHO) in 2013 found that 33% of the population in developing countries experienced persistent pain. So that it can disrupt the quality of life and reduce the level of activity of workers. From this study obtained information on the description of the incidence of LBP disorders in crackers processing workers in Palembang City in 2019. This study was an analytic observational study with cross sectional design. Conducted in June 2019. Respondents in this study were processing workers of crackers processing in Palembang Pipa Reja totaling 37 people, the sampling technique used total sampling. From the results of the study found there is a relationship of education (p Value = 0.026) workload (p Value = 0.005), length of work (p Value = 0.000), age (p Value = 0.001), gender (p Value = 0.004), smoking habits (p Value = 0.006) and years of service (p Value = 0.001) on Low Back Pain disorders in cracker processing workers in Palembang City. It is expected to be a source of information and input for making policies related to occupational health and safety for processing crackers in Palembang Pipa Reja.

Keywords : *Low Back Pain Disorders, Crackers Processing Workers*

1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berdasarkan studi kolaborasi tentang nyeri yang dilakukan oleh *World health organization* (WHO) 2013 didapatkan hasil bahwa 33% penduduk di negara berkembang mengalami nyeri persisten. Sehingga dapat mengganggu kualitas hidup dan menurunkan level aktivitas pekerja. (Kusuma, 2014).

Internasional labour organization (ILO), setiap tahun terjadi 1,1 juta kematian yang disebabkan oleh penyakit atau yang disebabkan oleh pekerjaan. Data tersebut juga menyebutkan bahwa terdapat 300.000 kematian yang terjadi dari 250 juta kecelakaan dan sisanya adalah kematian karena penyakit akibat kerja. Selain penyakit akibat kerja yang menyebabkan kematian, juga terdapat masalah kesehatan lain yang perlu mendapat perhatian antara lain ketulian, gangguan *Low Back Pain*, gangguan reproduksi, penyakit jiwa, system syaraf dan sebagainya. (Umami, 2014).

Berdasarkan data Kemenkes RI tahun 2013, prevalensi penyakit *musculoskeletal* di Indonesia berdasarkan diagnosis oleh tenaga kesehatan yaitu 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala yaitu 24,7%. Jumlah penderita nyeri punggung bawah di Indonesia tidak diketahui secara pasti, namun diperkirakan antara 7,6% sampai 37%. (Satriadi, 2018).

Prevalensi penyakit *Musculoskeletal disorders* (MSDs) di Indonesia berdasarkan yang pernah didiagnosis oleh tenaga kesehatanyaitu 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala yaitu 24,7%. Prevalensi penyakit *MSDs* berdasarkan diagnosis dan gejala di Provinsi Sumsel yaitu 15,6%. Prevalensi penyakit *MSDs* tertinggi berdasarkan pekerjaan adalah petani, nelayan atau buruh yaitu 31,2%, prevalensi meningkat terus menerus dan mencapai puncaknya antara usia 35 hingga 55 tahun. (Devi, 2017).

Menurut hasil penelitian Wijayanti (2017) yang berjudul Hubungan Posisi Duduk dan Lama

Duduk Terhadap Kejadian *LBP* pada Penjahit Konveksi di Kelurahan Way Halim Bandar Lampung. Hasilnya ada hubungan antara lama duduk dan posisi duduk responden terhadap kejadian *LBP* pada penjahit konveksi di Kelurahan Way Halim Kota Bandar Lampung.

Menurut hasil penelitian Ningsih (2016) yang berjudul Kejadian *LBP* pada Mekanik Bagian UPT Mekanisasi di Dinas Tanaman Pangan dan Hortikultura Provinsi Riau. Hasilnya ada hubungan antara umur dan masa kerja dengan kejadian Low Back Pain pada pekerja bagian UPT Mekanisasi di Dinas Tanaman Pangan dan Hortikultura Provinsi Riau.

Menurut hasil penelitian Kusuma (2014) yang berjudul Pengaruh posisi kerja terhadap kejadian *LBP* pada pekerja di Kampung Sepatu, Kelurahan Miji, Kecamatan Prajuritkulon, Kota Mojokerto. Hasilnya posisi kerja memiliki pengaruh terhadap terjadinya *LBP* pada pekerja di Kampung Sepatu, Kelurahan Miji, Kecamatan Prajuritkulon, Kota Mojokerto.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Analisis Kejadian Gangguan *Low Back Pain* pada Pekerja Pengolah Kerupuk di Kota Palembang Tahun 2019".

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan Umum

Diketuainya gambaran kejadian gangguan *LBP* pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang Tahun 2019.

1.2.2 Tujuan Khusus

- 1) Diketuainya distribusi frekuensi karakteristik demografi pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang Tahun 2019.
- 2) Diketuainya distribusi frekuensi gangguan *LBP* pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang Tahun 2019.
- 3) Diketuainya hubungan antara pendidikan dengan kejadian gangguan *LBP* pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang Tahun 2019.
- 4) Diketuainya hubungan antara beban kerja dengan kejadian gangguan *LBP* pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang Tahun 2019.
- 5) Diketuainya hubungan antara lama kerja dengan kejadian gangguan *LBP* pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang Tahun 2019.
- 6) Diketuainya hubungan antara usia dengan kejadian gangguan *LBP* pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang Tahun 2019.
- 7) Diketuainya hubungan antara jenis kelamin dengan kejadian gangguan *LBP* pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang Tahun 2019.
- 8) Diketuainya hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian gangguan *LBP*

pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang Tahun 2019.

- 9) Diketuainya hubungan antara masa kerja dengan kejadian gangguan *LBP* pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang Tahun 2019.

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai salah satu rujukan penelitian selanjutnya dalam melakukan penelitian tentang kejadian gangguan *LBP*, sehingga dapat mengembangkan penelitian ini hingga menghasilkan yang lebih baik dan lebih sempurna.

1.3.2 Bagi STIK Bina Husada

Sebagai tambahan referensi perpustakaan STIK Bina Husada Palembang sehingga membantu mahasiswa dalam penelitian-penelitian tentang kejadian gangguan *LBP*.

1.3.3 Bagi Lokasi Penelitian

Untuk memberikan informasi pada pihak pengelola tentang gangguan *LBP*, dan diharapkan kepada pihak pengelola dapat menerima masukan dalam mengupayakan pengendalian dan pencegahan gangguan *LBP* demi meningkatkan kinerja serta produktivitas perusahaan.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan metode *observasional analitik* dengan desain *cross sectional*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kombinasi (*Mixed Methods*) yang merupakan suatu metode penelitian yang menggabungkan antara metode kuantitatif dan metode kualitatif untuk digunakan secara bersama-sama dalam suatu kegiatan penelitian, sehingga diperoleh data yang lebih komprehensif, valid, reliabel dan obyektif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pengolah kerupuk di Pipa Reja Kota Palembang pada tahun 2019. Sampel penelitian ini berjumlah 37 orang. Pengambilan sampel dengan teknik *total sampling*

Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner dan wawancara mendalam. Uji statistik analisa univariat dan analisa bivariat menggunakan uji *Chi Square* Penelitian ini dilakukan pada bulan Juli di Kelurahan Pipa Reja Kota Palembang tahun 2019.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hubungan Pendidikan Terhadap Gangguan *Low Back Pain*

Tabel 3.1
Hubungan Pendidikan Terhadap Gangguan Low Back Pain Pada Pekerja Pengolah Kerupuk Di Kota Palembang

No	Pendidikan	Gangguan Low Back Pain				Jumlah		p Value	OR
		Ringan		Berat		n	%		
		n	%	n	%				
1.	≥ SMA	28	84,8	5	15,2	33	100		
2.	< SMA	1	25	3	75	4	100	0,026	16,800
JUMLAH		29		8		37			

Dari hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *p Value* = 0,026, artinya ada hubungan antara pendidikan dengan gangguan Low Back Pain pada pekerja pengolah Kerupuk di Kota Palembang. Dari hasil analisis diperoleh nilai *OR* = 16,800, artinya responden yang berpendidikan < SMA beresiko 17 kali untuk mengalami gangguan *low back pain* jika dibanding dengan responden yang berpendidikan ≥ SMA.

Hasil penelitian ini diperkuat dengan teori Lionel (2014), yang menyatakan bahwa individu yang berpendidikan ditemukan lebih banyak waktu untuk melakukan latihan fisik daripada individu yang kurang terdidik. Ini menunjukkan bahwa tingkat pendidikan memiliki hubungan yang kuat dengan faktor-faktor seperti latihan fisik secara teratur, menghindari kelebihan berat, hal tersebut bermanfaat untuk mencegah terjadinya *low back pain*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Andini (2015), pendidikan terakhir pekerja menunjukkan pengetahuannya dalam melakukan pekerjaan dengan postur yang tepat. Pendidikan seseorang menunjukkan tingkat pengetahuan yang diterima oleh orang tersebut. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin banyak pengetahuan yang didapatkan.

Dalam hal ini penulis berasumsi bahwa pendidikan responden tidak lebih dari SMA, jadi mereka kurang memiliki pengetahuan tentang ergonomi.

3.2 Hubungan Beban Kerja Terhadap Gangguan Low Back Pain

Tabel 3.2
Hubungan Beban Kerja Terhadap Gangguan Low Back Pain Pada Pekerja Pengolah Kerupuk Di Kota Palembang

No	Beban Kerja	Gangguan Low Back Pain				Jumlah		p Value	OR
		Ringan		Berat		N	%		
		N	%	n	%				
1.	Berat	1	20	4	80	5	100		
2.	Ringan	28	87,5	4	12,5	32	100	0,005	28,000
JUMLAH		29		8		37			

Dari hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *p Value* = 0,005 artinya ada hubungan antara beban kerja terhadap gangguan *low back pain* pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang. Dari nilai *OR*,

menunjukkan bahwa responden yang memiliki beban kerja ≥ 10 kg beresiko 28 kali untuk mengalami gangguan *low back pain* jika dibanding dengan responden yang memiliki beban kerja < 10 kg.

Dalam proses penjemuran, kerupuk terlebih dahulu disusun di atas tampi kemudian tampi - tampi yang berisi kerupuk tersebut diangkat untuk dijemur. Pekerjaan mengangkat beban dengan posisi tubuh jongkok dengan sedikit menbungkuk, menimbulkan risiko untuk mengalami gangguan *low back pain* dalam tahap yang berat seperti sakit pinggang dan nyeri pada bagian punggung.

Hasil penelitian ini diperkuat dengan teori Andini (2015), yang menyatakan bahwa beban yang berat akan menyebabkan iritasi, inflamasi, kelelahan otot, kerusakan otot, tendon dan jaringan lainnya.

Dalam hal ini penulis berasumsi bahwa pekerjaan pengolahan dan pemanggangan kerupuk merupakan pekerjaan yang memiliki beban kerja yang cukup berat, ditambah lagi posisi tubuh membungkuk dengan beban yang cukup berat secara berulang akan memperbesar risiko untuk mengalami gangguan *low back pain*.

3.3 Hubungan Lama Kerja Terhadap Gangguan Low Back Pain

Tabel 3.3
Hubungan Lama Kerja Terhadap Gangguan Low Back Pain Pada Pekerja Pengolah Kerupuk Di Kota Palembang

No	Lama Kerja	Gangguan low back pain				Jumlah		p Value	OR
		Ringan		Berat		N	%		
		n	%	n	%				
1.	< 8 jam	28	87,5	4	12,5	32	100		
2.	≥ 8 jam	1	20	4	80	5	100	0,000	10,401
JUMLAH		29		8		29			

Dari hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *p Value* = 0,000 artinya ada hubungan lama kerja terhadap gangguan *low back pain* pada pekerja pengolahan kerupuk di Kota Palembang. Dari nilai *OR* menunjukkan bahwa responden yang bekerja ≥ 8 jam beresiko 10 kali untuk mengalami gangguan *low back pain* berat dibanding dengan responden yang bekerja < 8 jam.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah penulis lakukan terhadap 5 orang informan diatas dapat disimpulkan bahwa informan yang bekerja lebih dari 8 jam perhari, dan posisi duduk ketika bekerja tidak ergonomis berpeluang untuk mengalami keluhan *low back pain* yang lebih berat.

Hasil penelitian ini diperkuat teori Septiawan (2018), yang menyatakan bahwa pekerja yang bekerja 41-48 jam/minggu atau rata-rata 7-8 jam perhari menyebabkan waktu istirahat yang berkurang dan kerja otot lebih berat sehingga risiko kejadian nyeri punggung akan meningkat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wijayanti (2017), yang berjudul Hubungan Posisi

Duduk dan Lama Duduk Terhadap Kejadian *LBP* pada Penjahit Konveksi di Kelurahan Way Halim Bandar Lampung. Hasilnya ada hubungan antara lama duduk dan posisi duduk responden terhadap kejadian *LBP* pada penjahit konveksi di Kelurahan Way Halim Kota Bandar Lampung.

Dalam hal ini penulis berasumsi kegiatan memanggang kerupuk hingga pengemasan yang dilakukan dengan kondisi tubuh duduk tanpa sandaran, membungkuk dan jongkok selama lebih dari 8 jam setiap harinya akan mengakibatkan otot menegang dan peredaran darah terhambat, sehingga berdampak pada terjadinya gangguan *low back pain* pada pekerja.

3.4 Hubungan Usia Terhadap Gangguan *Low Back Pain*

Tabel 3.4
Hubungan Usia Terhadap Gangguan *Low Back Pain* Pada Pekerja Pengolah Kerupuk Di Kota Palembang

No	Usia	Gangguan <i>Low Back Pain</i>				Jumlah		p Value	OR
		Ringan		Berat		N	%		
		n	%	n	%				
1.	≥ 35 tahun	4	12,1	29	87,9	33	100	0,001	12,101
2.	< 35 tahun	4	100	0	0	4	100		
JUMLAH		8		29		37			

Dari hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *p Value* = 0,001 artinya ada hubungan antara usia terhadap gangguan *low back pain* pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang. Dan nilai *OR* menunjukkan bahwa responden yang berusia ≥ 35 tahun berisiko 12 kali untuk mengalami gangguan *low back pain* jika dibanding dengan responden yang berusia < 35 tahun.

Hasil penelitian ini diperkuat teori Kirana (2018), menyatakan bahwa umur mempunyai pengaruh yang penting terhadap kejadian kecelakaan akibat kerja. Golongan umur tua mempunyai kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami kecelakaan akibat kerja dibandingkan dengan golongan umur muda karena umur muda mempunyai reaksi dan kegesitan yang lebih tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ningsih (2016), yang berjudul Kejadian *LBP* pada Mekanik Bagian UPT Mekanisasi di Dinas Tanaman Pangan dan Hortikultura Provinsi Riau. Hasilnya ada hubungan antara umur dan masa kerja dengan kejadian *Low Back Pain* pada pekerja bagian UPT Mekanisasi di Dinas Tanaman Pangan dan Hortikultura Provinsi Riau.

Dalam hal ini penulis berasumsi bahwa sebagian besar pekerja pengolah kerupuk di Kelurahan Pipa Reja berusia ≥ 35 tahun. Faktor usia menjadi penyebab mereka mengalami gangguan *low back pain*, keluhan akan meningkat sejalan dengan bertambahnya usia. Penurunan kapasitas yang disebabkan kelemahan otot yang ditandai dengan kelelahan fisik.

3.5 Hubungan Jenis Kelamin Kerja Terhadap Gangguan *Low Back Pain*

Tabel 3.5
Hubungan Jenis Kelamin Terhadap Gangguan *Low Back Pain* Pada Pekerja Pengolah Kerupuk Di Kota Palembang

No	Jenis Kelamin	Gangguan <i>low back pain</i>				Jumlah		p Value	OR
		Ringan		Berat		N	%		
		n	%	n	%				
1.	Perempuan	28	71,8	4	28,2	32	100	0,004	18,375
2.	Laki-laki	1	20	4	80	5	100		
JUMLAH		29		8		37			

Dari hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *p Value* = 0,004, artinya ada hubungan yang bermakna antara jenis kelamin terhadap gangguan *low back pain* pada pekerja pengolah kerupuk di Kota Palembang. Dari analisis diperoleh nilai *OR* 18,375 artinya responden yang berjenis kelamin laki-laki akan memiliki peluang 18 kali untuk mengalami gangguan *low back pain* jika dibanding dengan responden yang berjenis kelamin perempuan.

Hasil penelitian ini diperkuat teori Kirana (2018), menyatakan bahwa umur mempunyai pengaruh yang penting terhadap kejadian kecelakaan akibat kerja. Golongan umur tua mempunyai kecenderungan yang lebih tinggi untuk mengalami kecelakaan akibat kerja dibandingkan dengan golongan umur muda karena umur muda mempunyai reaksi dan kegesitan yang lebih tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ningsih (2016), yang berjudul Kejadian *LBP* pada Mekanik Bagian UPT Mekanisasi di Dinas Tanaman Pangan dan Hortikultura Provinsi Riau. Hasilnya ada hubungan antara umur dan masa kerja dengan kejadian *Low Back Pain* pada pekerja bagian UPT Mekanisasi di Dinas Tanaman Pangan dan Hortikultura Provinsi Riau.

Dalam hal ini penulis berasumsi bahwa sebagian besar pekerja pengolah kerupuk di Kelurahan Pipa Reja berusia ≥ 35 tahun. Faktor usia menjadi penyebab mereka mengalami gangguan *low back pain*, keluhan akan meningkat sejalan dengan bertambahnya usia. Penurunan kapasitas yang disebabkan kelemahan otot yang ditandai dengan kelelahan fisik.

3.6 Hubungan Kebiasaan Merokok Terhadap Gangguan *Low Back Pain*

Tabel 3.6
Hubungan Kebiasaan Merokok Terhadap Gangguan Low Back Pain Pada Pekerja Pengolah Kerupuk Di Kota Palembang

No	Kebiasaan Merokok	Gangguan low back pain				Jumlah		p Value	OR
		Ringan		Berat		N	%		
		n	%	n	%				
1.	Tidak Merokok	28	84,4	5	15,2	33	100	0,006	14,444
2.	Merokok	1	25	3	75	4	100		
JUMLAH		29		8		37			

Dari hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *p Value* = 0,006 artinya ada hubungan yang bermakna merokok terhadap gangguan *low back pain* pada pekerja pengolahan kerupuk di Kota Palembang. Dari analisis diperoleh nilai *OR* menunjukkan bahwa responden yang merokok akan memiliki peluang 14 kali untuk mengalami gangguan *low back pain* jika dibanding dengan responden yang tidak merokok.

Hasil penelitian ini diperkuat dengan teori Tarwaka (2015), merokok dapat menyebabkan berkurangnya kandungan mineral pada tulang sehingga menyebabkan nyeri akibat terjadinya keretakan atau kerusakan pada tulang.

Dalam hal ini penulis berasumsi bahwa responden yang merokok berisiko mengalami gangguan *low back pain* dikarenakan kandungan dari rokok dapat menghambat peredaran darah sehingga metabolisme proses metabolisme tubuh dapat terganggu.

3.7 Hubungan Masa Kerja Terhadap Gangguan Low Back Pain

Tabel 3.7
Hubungan Masa Kerja Terhadap Gangguan Low Back Pain Pada Pekerja Pengolah Kerupuk Di Kota Palembang

No	Masa Kerja	Gangguan low back pain				Jumlah		p Value	OR
		Ringan		Berat		N	%		
		n	%	n	%				
1	≥ 5 tahun	1	4	24	96	25	100	0,001	33,600
2	< 5 tahun	7	58,3	5	41,7	12	100		
JUMLAH		8		29		37			

Dari hasil uji *chi-square* didapatkan nilai *p Value* = 0,001, artinya ada hubungan antara masa kerja terhadap gangguan *low back pain* pada pekerja pengolahan kerupuk di Kota Palembang. Dari nilai *OR* : diketahui bahwa responden yang masa kerjanya ≥ 5 tahun berisiko 34 kali untuk mengalami gangguan *low back pain* jika dibanding dengan responden yang masa kerjanya < 5 tahun.

Hasil penelitian ini diperkuat dengan teori Umami *et al.*, (2013) yang menyatakan bahwa semakin lama masa bekerja atau semakin lama seseorang terpajan faktor risiko maka semakin besar pula risiko untuk mengalami *LBP* dikarenakan nyeri punggung merupakan penyakit kronis yang membutuhkan waktu lama untuk berkembang dan menimbulkan manifestasi klinis.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ningsih (2016) yang berjudul Kejadian *LBP* pada Mekanik Bagian UPT Mekanisasi di Dinas Tanaman Pangan dan Hortikultura Provinsi Riau. Hasilnya ada hubungan antara umur dan masa kerja dengan kejadian *low back pain* pada pekerja bagian UPT Mekanisasi di Dinas Tanaman Pangan dan Hortikultura Provinsi Riau.

Dalam hal ini penulis berasumsi bahwa pekerja pengolahan kerupuk yang bekerja dalam waktu yang cukup lama terutama pada saat kegiatan pemanggangan, lebih banyak menggunakan posisi kerja duduk tanpa bersandar. Pekerja kurang mengetahui atau mengabaikan tentang postur tubuh yang benar saat bekerja. Bekerja dengan postur tubuh yang salah akan berdampak terjadinya gangguan *low back pain* karena terakumulasi setiap harinya.

4. SIMPULAN DAN SARAN

4.1 Simpulan

Berdasarkan uraian dan pembahasan hasil penelitian tentang Analisis Kejadian Gangguan *low back pain* pada pekerja pengolahan kerupuk di Kota Palembang Tahun 2019 yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa :

Pekerja yang bekerja ≥ 5 tahun, berpeluang lebih besar untuk mengalami gangguan *low back pain* dibanding pekerja yang bekerja < 5 tahun. Sehingga dapat disimpulkan masa kerja berpengaruh terhadap gangguan *low back pain*.

Pekerja yang memiliki beban kerja ≥ 10 kg, berpeluang lebih besar untuk mengalami gangguan *low back pain* dibanding pekerja yang memiliki beban kerja < 10 kg. Sehingga dapat disimpulkan beban kerja berpengaruh terhadap gangguan *low back pain*.

Pekerja yang responden yang berjenis kelamin perempuan berpeluang lebih besar untuk mengalami gangguan *low back pain* dibanding pekerja yang responden yang berjenis kelamin laki-laki. Sehingga dapat disimpulkan jenis kelamin terhadap gangguan *low back pain*.

Pekerja yang berpendidikan < SMA, berpeluang lebih besar untuk mengalami gangguan *low back pain* dibanding pekerja yang berpendidikan ≥ SMA. Sehingga dapat disimpulkan pendidikan terakhir berpengaruh terhadap gangguan *low back pain*.

Pekerja yang merokok berpeluang lebih besar untuk mengalami gangguan *low back pain* dibanding pekerja yang tidak merokok. Sehingga dapat disimpulkan lama kerja berpengaruh terhadap gangguan *low back pain*.

Pekerja yang berusia ≥ 35 tahun berpeluang lebih besar untuk mengalami gangguan *low back pain* dibanding pekerja yang berusia < 35 tahun. Sehingga dapat disimpulkan usia berpengaruh terhadap gangguan *low back pain*.

Pekerja yang bekerja ≥ 8 jam, berpeluang lebih besar untuk mengalami gangguan *low back*

pain dibanding pekerja yang bekerja < 8 jam. Sehingga dapat disimpulkan lama kerja berpengaruh terhadap gangguan low back pain.

4.2 Saran

4.2.1 Bagi Aparat Kelurahan Pipa Reja

Diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan masukan untuk membuat kebijakan yang berhubungan dengan kesehatan dan keselamatan kerja untuk :

- 1) Pekerja yang berpendidikan kurang dari SMA diberi pengetahuan tentang tata cara kerja yang ergonomis.
- 2) Pekerja yang memiliki beban kerja lebih dari 8 kg perhari, dianjurkan untuk memperbanyak konsumsi air putih, sayur dan buah, serta menjaga pola istirahat.
- 3) Pekerja yang bekerja lebih dari 8 jam perhari, dianjurkan untuk mengatur pola istirahat yang cukup, olahraga dan perbanyak konsumsi air putih.
- 4) Pekerja yang berusia lebih dari 35 tahun dianjurkan untuk menjaga pola makan, istirahat dan sering melakukan kunjungan ke puskesmas untuk memeriksakan kesehatannya, dan melakukan pengobatan komplementer seperti akupuntur atau mengkonsumsi obat-obat herbal.
- 5) Pekerja yang berjenis kelamin perempuan dianjurkan untuk menjaga pola nutrisi dan istirahat yang cukup.
- 6) Pekerja yang memiliki kebiasaan merokok dianjurkan untuk mengatur pola istirahat yang cukup, olahraga, perbanyak konsumsi air putih, dan melakukan kunjungan ke Puskesmas untuk memeriksakan kesehatannya, dan melakukan terapi atau pengobatan.
- 7) Pekerja yang bekerja lebih dari 5 tahun dianjurkan untuk menjaga pola makan, istirahat dan melakukan kunjungan ke Puskesmas untuk memeriksakan kesehatannya.
- 8) Pengelola Kerupuk
Diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan masukan untuk melengkapi pekerja dengan fasilitas yang mendukung kenyamanan dan kesehatan para pekerja untuk menghindari dan mengurangi gangguan *low back pain*.

4.2.2 Bagi STIK Bina Husada Palembang

Diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dan bahan kepustakaan untuk dapat meningkatkan kualitas pendidikan bagi mahasiswa khususnya program strata 1 Kesehatan Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Husada Palembang dan mahasiswa kesehatan lain pada umumnya.

4.2.3 Bagi Peneliti Yang Akan Datang

Diharapkan penelitian ini sebagai bahan

acuan bagi peneliti yang akan datang yang ingin melakukan penelitian terhadap gangguan *low back pain* dengan variabel dan sampel yang berbeda yang dapat dilakukan dengan data primer maupun data sekunder sehingga penelitian ini terus berkembang dan sebagai upaya untuk mengurangi gangguan *low back pain*.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini Fauzia, 2015.
Risk Factors Of Low Back Pain In Workers. Vol.4 No.1 Hal. 12. Jurnal Universitas Lampung. Online. <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/495/496>, diakses 8 Maret 2019.
- Devi T, Tiara, Imelda G Purba dan Mona Lestari. 2017.
Faktor Risiko Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada Aktivitas Pengangkut Beras di PT. Buyung Poetra Pangan Pegayut Ogan Ilir. ISSN 2548-7949 Hal. 125. Universitas Sriwijaya Fakultas Kesehatan Masyarakat. (online) <http://www.jikm.unsri.ac.id/index.php/jikm/article/viewFile/463/pdf>, diakses 07 Maret 2019.
- Kirana, Dwi Nuraini. 2018.
Faktor yang berhubungan dengan kejadian gangguan nyeri punggung bawah (LBP) pada pekerja pencetakan batu bata di Rt 09 Desa Pangkalan Benteng Kab Banyuasin. Skripsi STIK Bina Husada Palembang.
- Kusuma, Irawan Fajar, Muhammad Hasan dan Ragil
- Ningsih, Kursiah Wati, Dwi Sapta A dan Rudi Fernando. 2016
Kejadian Low Back Pain pada Mekanik Bagian UPT Mekanisasi di Dinas Tanaman Pangan dan Hortikultura Provinsi Riau. Vol. 3 No. 2 Hal. 73. Jurnal STIKes Payung Negeri Pekanbaru. (online) <http://jurnal.htp.ac.id/index.php/keskom/article/d/106/90>, diakses 7 April 2019.
- Septiawan, Fajar. 2018.
Hubungan antara posisi mengemudi terhadap penyakit LBP pada sopir Bus Trans Musi Kota Palembang. Skripsi STIK Bina Husada Palembang.
- Striadi, Albertus Are 2018.
Pengaruh Peregangan terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Bagian Produksi di PT. SDJ Pontianak. Vol. 4 No. 2 Hal. 1059. Jurnal Univeritas Tanjungpura. (online)

<http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jfk/article/view/29455/756765790>, diakses 7 Maret 2019.

Tarwaka. 2015.

Ergonomi Industri Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja. Harapan Press : Surakarta.

Umami, Amalia Riza, Ragil Ismi Hartanti, Anita Dewi P.S. 2014.

Hubungan antara Karakteristik Responden dan Sikap Kerja Duduk dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah (Low Back Pain) Pada Pekerja Batik Tulis. Vol. 2 No. 1 Hal. 72. Jurnal Universitas Jember. Bagian Kesehatan Lingkungan dan Kesehatan Keselamatan Kerja, Fakultas Kesehatan Masyarakat. (online)
<https://jurnal.unej.ac.id/index.php/JPK/article/view/599/427>, diakses 7 Maret 2019.

Wijayanti, Fitri. 2017.

Hubungan Posisi Duduk dan Lama Duduk Terhadap Kejadian *Low Back Pain* (LBP) pada Penjahit Konveksi di Kelurahan Way Halim Bandar Lampung. Universitas Lampung. Online.
<http://digilib.unila.ac.id/25410/3/skripsi%20.pdf>, diakses 7 Maret 2019