

### Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan

Novisca Priscillya Kumbea, Afnal Asrifuddin, Oksfriani Jufri Sumampouw\*

Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado

\*E-mail: oksfriani.sumampouw@unsrat.ac.id

#### Abstrak

**Latar belakang:** Nelayan merupakan salah satu kelompok masyarakat pesisir yang memiliki masalah kesehatan masyarakat khususnya kesehatan dan keselamatan kerja seperti keluhan nyeri punggung bawah. Faktor yang berhubungan dengan keluhan nyeri punggung bawah terdiri dari beberapa faktor seperti usia, masa kerja, sikap kerja dan lainnya. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mendeskripsikan keluhan nyeri punggung bawah pada nelayan di kelurahan Malalayang 1 Timur kota Manado. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang dilaksanakan di kelurahan Malalayang 1 Timur kota Manado pada Januari 2021 dengan responden berjumlah 44 orang. Variabel dalam penelitian ini yaitu keluhan nyeri punggung bawah, usia, masa kerja dan sikap kerja. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner, kamera, dan alat tulis menulis. Analisis data dilakukan secara univariat. **Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nelayan di Kelurahan Malalayang Timur 1 paling banyak pada kelompok usia 20-44 tahun dan 45-54 tahun, masa kerja selama 16-25 tahun, kategori risiko sikap kerja sangat tinggi dan sering mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa semakin tua usia, semakin lama masa kerja dan semakin berisiko sikap kerja maka cenderung responden lebih sering mengalami keluhan nyeri punggung bawah. **Kesimpulan:** Kesimpulan dari penelitian ini yaitu nelayan di kelurahan Malalayang 1 Timur kota Manado sering mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya pencegahan dan pengendaliannya.

**Kata Kunci:** Keluhan nyeri punggung bawah; nelayan

#### Abstract

**Background:** Fishermen are one of the coastal community groups who have public health problems, especially occupational health and safety, such as complaints of low back pain. Factors related to complaints of low back pain consist of several factors such as age, years of service, work attitude and others. The purpose of this study was to describe complaints of low back pain in fishermen in the Malalayang 1 Timur village, Manado city. **Method:** This is a descriptive study which was conducted in the Malalayang 1 Timur village, Manado city in January 2021 with 44 respondents. The variables in this study were complaints of low back pain, age, years of work and work attitude. The instruments used were questionnaires, cameras, and writing instruments. Data analysis was carried out by univariate. **Results:** The results of this study showed that the fishermen in the Malalayang Timur 1 Village are mostly in the age group of 20-44 years and 45-54 years, the working period is 16-25 years, the risk category for work attitude is very high and often experiences complaints of low back pain. The results of this study also indicate that the older the age, the longer the work period and the riskier work attitude, the more likely the respondent is to experience complaints of low back pain. **Conclusion:** This is can concluded the

*fishermen in the village of Malalayang 1 Timur, Manado city often experience complaints of low back pain. Therefore, it is necessary to make efforts to prevent and control it.*

**Keywords:** *complaints of low back pain; fisherman*

### PENDAHULUAN

Faktor ergonomi kerja meliputi postur kerja monoton dan tidak nyaman dengan beban yang berat dan berlangsung dalam waktu yang lama. Nyeri punggung bawah merupakan salah satu penyakit yang diakibatkan oleh pekerjaan. Nyeri ini dirasakan pada bagian punggung bawah yang bersumber pada tulang belakang daerah spinal, saraf, otot, dan struktur lainnya yang terdapat pada daerah tersebut. Nyeri punggung bawa juga dapat disebabkan oleh adanya penyakit ataupun kelainan yang berasal dari luar spinal, contohnya penyakit atau kelainan testis dan ovarium, dapat juga disebabkan dari posisi tubuh salah pada saat melakukan pekerjaan (Suma'mur, 2014).

Penyakit nyeri punggung bawah di dunia setiap tahunnya sangat bervariasi dengan angka mencapai 15-45%. Menurut WHO dalam (Anggraika *et al*, 2019) menunjukkan bahwa 33% penduduk di Negara berkembang mengalami nyeri persisten. Di Inggris sekitar 17,3 juta orang pernah menderita nyeri punggung dan dari jumlah tersebut sekitar 1,1 juta orang menjadi lumpuh yang diakibatkan dari nyeri punggung tersebut. 26% orang dewasa Amerika di laporkan mengalami nyeri punggung bawah setidaknya 1 hari dalam durasi 3 bulan.

Berdasarkan Hasil Riset Kesehatan Dasar (2018), prevalensi penyakit muskuloskeletal di Indonesia yang pernah di diagnosis oleh tenaga kesehatan yaitu 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala yaitu 24,7%. Jumlah penderita nyeri punggung bawah di Indonesia tidak diketahui pasti, namun diperkirakan antara 7,6% sampai 37%.

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (2018), terdapat 26,74% penduduk usia 15 tahun keatas yang bekerja mengalami keluhan dan gangguan kesehatan (Kemenkes RI, 2019). Hal ini diakibatkan karena semakin bertambahnya usia kekuatan otot semakin menurun. Hal ini juga diperkuat dari hasil penelitian (Leni, 2018), bahwa ada hubungan antara usia dan gangguan kesehatan. Ternyata dengan bertambahnya usia seseorang pada usia dewasa diikuti kerusakan jaringan-jaringan tubuh yang menyebabkan penurunan kemampuan fisik yang terjadi yaitu penurunan pada kekuatan otot punggung yang berpengaruh pada aktivitas. Penurunan kemampuan melakukan aktivitas dan kemampuan kerja menjadi menurun disebabkan oleh penurunan fungsi fisiologis, neurologis, dan kemampuan fisik terjadi sesudah usia 30 sampai 40 tahun dengan irama yang berbeda untuk setiap orang.

Undang-undang Nomor 45 tahun 2009 menjelaskan bahwa nelayan adalah orang yang mata pencahariannya melakukan penangkapan ikan. nelayan merupakan suatu kelompok masyarakat yang kehidupannya tergantung langsung pada hasil laut, baik dengan cara penangkapan ataupun budidaya, mereka pada umumnya tinggal di daerah pantai, sebuah lingkungan pemukiman yang dekat dengan lokasi kegiatan. Para nelayan

mempunyai peran yang sangat penting dalam memenuhi ketersediaan protein bagi jutaan penduduk diberbagai pelosok negara Indonesia ini.

Nyeri punggung bawah juga bisa terjadi bukan hanya karena faktor usia namun juga akibat dari sikap kerja. Menurut hasil penelitian dari (Agus *et al*, 2019) pada pekerja batu bata press bahwa dari 48 responden, sebagian besar responden mempunyai keluhan nyeri punggung bawah pada sikap kerja yang tidak ergonomis dengan jumlah 45 orang (93,7%). Hasil ini menunjukkan secara statistik ada hubungan antara sikap pekerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada pekerja batu bata press. Hasil ini sejalan dengan penelitian dari (Larenggam *et al*, 2018) bahwa ada hubungan antara posisi kerja dengan keluhan muskuloskeletal pada nelayan di Desa Alo Utara kepulauan Talaud. Hasil yang diperoleh memiliki prevalensi keluhan muskuloskeletal (79,2%) dan sikap kerja (50,9%).

Hasil laporan dari Puskesmas Minanga kota Manado Tahun 2018 terdapat 92 penderita muskuloskeletal, pada tahun 2019 mengalami kenaikan jumlah kasus penderita yaitu 290 penderita, sedangkan kasus muskuloskeletal usia 20 tahun keatas pada tahun 2018 berjumlah 87 penderita dan pada tahun 2019 mengalami kenaikan jumlah kasus penderita muskuloskeletal yaitu 282 penderita. Dilihat dari hasil laporan bahwa ada hubungan antara kejadian penyakit nyeri punggung bawah dengan usia.

Kelurahan Malalayang 1 Timur kecamatan Malalayang kota Manado memiliki daerah pesisir. Masyarakat di daerah pesisir pantai Malalayang mata pencahariannya adalah sebagai seorang nelayan. Nelayan di kelurahan Malalayang 1 Timur masih tergolong dalam nelayan tradisional, karena teknik yang digunakan untuk menangkap ikan masih menggunakan alat pancing dan jala. Aktivitas ini seringkali membuat nelayan melakukan gerakan secara berulang dan mengharuskan nelayan bekerja dalam posisi yang dapat menyebabkan keluhan pada otot (skeletal). Dari hasil observasi awal, keluhan muskuloskeletal yang sering di rasakan oleh para nelayan yaitu seperti sakit pinggang, sakit pada pergelangan tangan, sakit pada bahu, sakit/kaku pada bagian leher atas. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menggambarkan keluhan nyeri punggung bawah pada nelayan di Kelurahan Malalayang 1 Timur Kota Manado.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Penelitian dilaksanakan di kelurahan Malalayang 1 Timur kota Manado pada Januari 2021. Responden penelitian yaitu nelayan yang ada di kelurahan Malalayang 1 Timur kota Manado yang berjumlah 44 nelayan. Variabel dalam penelitian ini yaitu keluhan nyeri punggung bawah, usia, masa kerja dan sikap kerja. Usia adalah lamanya hidup seseorang yang dihitung dari tahun kelahiran sampai pada tahun penelitian dilaksanakan yang diukur menggunakan ceklis. Usia dikategorikan dalam 6 kelompok berdasarkan Departemen Kesehatan RI (2009). Masa kerja merupakan lama responden bekerja sebagai nelayan di lokasi penelitian. Pengukuran menggunakan ceklist. Masa kerja dibagi menjadi 4 kelompok. Sikap kerja merupakan posisi kerja (angkat, angkut, dan memindahkan beban) yang biasa dilakukan dengan posisi yang tidak alamiah, atau seperti dilakukan dengan terpaksa dan dilakukan secara berulang. Pengukuran sikap kerja di ukur dengan metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA). Kategori sikap kerja dibagi menjadi 5 kelompok yaitu risiko sangat rendah sampai sangat tinggi. Keluhan nyeri punggung bawah yang dirasakan oleh nelayan yang di karenakan oleh aktivitas kerja. Nyeri punggung bawah diukur dengan kuesioner yang terdiri dari 20 pertanyaan dengan teknik wawancara. Instrumen yang digunakan yaitu kuesioner, kamera, dan alat tulis menulis. Analisis data dilakukan secara univariat.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Gambaran usia, masa kerja, sikap kerja dan keluhan NPB

Variabel	Kategori	Keluhan Nyeri Punggung Bawah				Total	
		Jarang		Sering		n	%
		n	%	n	%		
Kelompok usia	20-24 Tahun	10	27,7	3	6,8	13	29,5
	45-54 Tahun	7	15,9	6	13,6	13	29,5
	55-59 Tahun	2	4,5	5	11,4	7	15,9
	60-69 Tahun	2	4,5	8	18,2	10	22,7
	>70 Tahun	0	0,0	1	2,3	1	2,4
	Jumlah					40	100,0
Masa kerja	5-15 Tahun	5	11,4	4	9,1	9	20,5
	16-25 Tahun	12	27,3	9	20,5	21	47,7
	26-35 Tahun	4	9,1	9	20,5	13	29,5
	36-45 Tahun	0	0,0	1	2,3	1	2,4
	Jumlah					44	100,0
Risiko Sikap Kerja	Sedang	1	2,3	3	6,8	4	9,1
	Tinggi	6	13,6	8	18,2	14	31,8
	Sangat Tinggi	14	31,8	12	27,3	26	59,1
	Jumlah					44	100,0

Data pada Tabel 1 menunjukkan bahwa responden yang paling sering mengalami keluhan nyeri punggung bawah berada pada kelompok usia 60-69 tahun sebanyak 8 responden (18,2%), masa kerja 16-25 tahun dan 26-35 tahun sebanyak 9 responden (20,5%) dan risiko kerja sangat tinggi sebanyak 12 responden (27,3%). Selain itu, terlihat bahwa semakin tua usia, semakin lama masa kerja dan semakin berisiko sikap kerja maka cenderung responden lebih sering mengalami keluhan nyeri punggung bawah..

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nelayan di Kelurahan Malalayang Timur 1 paling banyak pada kelompok usia 20-44 tahun dan 45-54 tahun, masa kerja selama 16-25 tahun, kategori risiko sikap kerja sangat tinggi dan sering mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Penelitian dari Triana (2020) menunjukkan bahwa masyarakat nelayan di Desa Lampulo Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh rata-rata berumur 42 tahun. Penelitian dari Ariska dan Prayitno (2019) yang meneliti tentang pengaruh umur, lama kerja, dan pendidikan terhadap pendapatan nelayan di kawasan pantai Kenjeran Surabaya tahun 2018 menunjukkan bahwa umur produktif nelayan pada interval umur 16-60 tahun dan semakin lama bekerja maka pendapatan nelayan semakin baik. Penelitian dari Wardani *et al* (2020) yang meneliti tentang pengaruh umur dan gender terhadap sikap peduli lingkungan pada masyarakat di kampung Nelayan Sejahtera Kelurahan Sumber Jaya Kota Bengkulu. Penelitian ini menunjukkan bahwa nelayan rata-rata berumur 16-55 tahun.

Penelitian dari Mufaidah (2019) yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara sikap kerja dengan keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada nelayan KUB Pondok Layar, Kelurahan Kampung Mandar, Kabupaten Banyuwangi. Penelitian ini adalah penelitian analitik dengan desain studi *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh anggota nelayan KUB Pondok Layar sejumlah 90 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 50 nelayan. Sikap kerja dianalisis dengan menggunakan metode

REBA, sedangkan keluhan MSDs dilihat menggunakan instrumen kuisioner. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas nelayan memiliki tingkat risiko ergonomi sangat tinggi yaitu sebesar 34%. Angka kejadian MSDs selama sebulan terakhir pada responden sebesar 88%. Bagian tubuh yang paling banyak dikeluhkan sakit yaitu punggung bawah (90,9%).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tua usia, semakin lama masa kerja dan semakin berisiko sikap kerja maka cenderung responden lebih sering mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Penelitian yang dilakukan oleh Palilingan (2020) yang menunjukkan bahwa pekerja yang berusia tua lebih mengalami keluhan muskuloskeletal termasuk pada bagian punggung bawah. Penelitian dari Nurrahman (2016) bahwa semakin lama masa kerja maka semakin sering kejadian nyeri punggung bawah pada penenun di kampung BNI. Penelitian dari Rininggrum (2016) menyatakan bahwa semakin berisiko sikap kerja maka semakin sering nyeri punggung bawah pada pekerja sewing garmen.

Menurut Suma'mur (2014), nyeri punggung bawah merupakan nyeri yang dirasakan di daerah punggung bawah yang bersumber pada tulang belakang daerah spinal (punggung bawah), saraf, otot dan struktur lainnya yang ada pada daerah tersebut. Nyeri punggung bawah juga bisa disebabkan oleh penyakit maupun kelainan yang berasal dari luar spinal, misalnya penyakit atau kelainan testis dan ovarium, bisa juga disebabkan oleh kesalahan posisi tubuh pada saat melakukan pekerjaan.

Keterbatasan penelitian ini yaitu peneliti tidak mengikuti tahapan pekerjaan yang dilakukan oleh responden dan melakukan dokumentasi namun hanya melakukan wawancara terhadap responden tentang sikap kerja yang dilakukan sehingga dapat mengkategorikan pada kategori sikap kerja yang ada.

## **PENUTUP**

Kesimpulan penelitian ini yaitu nelayan di Kelurahan Malalayang 1 Timur dominan lebih sering mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Oleh karena itu maka nelayan sebaiknya dalam bekerja dapat memperhatikan sikap kerja agar lebih ergonomis dengan menggunakan alat bantu seperti troli dan lainnya saat mengangkat beban saat bekerja. Instansi kesehatan perlu mengadakan kegiatan penyuluhan dalam rangka mendukung sikap kerja yang ergonomi dalam upaya pencegahan keluhan nyeri punggung bawah.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Agus M, Artadana W, Sali I, Sujaya I. 2019. Hubungan Sikap Pekerja Dan Lama Kerja Terhadap Keluhan Low Back Pain Pada Pekerja Di Industri Batu Bata Press. Skripsi. Politeknik Kesehatan Denpasar: *Jurusan Kesehatan Lingkungan*. Vol. 9 No.2.
- Anggraika P, Apriani A, Pujianan D. 2019. Hubungan Posisi Duduk Dengan Kejadian Low Back Pain Pada Pegawai Stikes. *Jurnal'Aisyiyah Medika*. Vol. 4(1).
- Ariska, P. E., & Prayitno, B. 2019. Pengaruh umur, lama kerja, dan pendidikan terhadap pendapatan nelayan di kawasan pantai Kenjeran Surabaya tahun 2018. *Economie*, 1(1), 38-47.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. 2009. Kategori Usia. <http://Kategori-usia-menurut-depkas.html>. Diakses pada tanggal 9 Januari 2021
- Kementerian Kesehatan RI. 2019. IndoDatin K3. Pusat Data dan Informasi (online) diakses dari <https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/Infodatin-K3.pdf> pada 9 Januari 2021

- Larenggam A, Kawatu P, Adam H. 2018. Hubungan Antara Posisi Kerja Dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Nelayan Di Desa Alo Utara Kecamatan Rainis Kabupaten Kepulauan Talaud. *KESMAS*. Vol.7 No.4
- Leni A, S, M & Triyono, E. 2018. Perkembangan Usia Memberikan Gambaran Kekuatan Otot Punggung Pada Orang Dewasa Usia 40-60 Tahun. *GASTER*. Vol. XVI No. 1 Februari 2018
- Mufaidah, S. 2019. *Analisis Hubungan Sikap Kerja Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorder Pada Nelayan Kub Pondok Layar Kelurahan Kampung Mandar Kabupaten Banyuwangi*. Doctoral dissertation. Universitas Airlangga.
- Nurrahman. 2016. Hubungan Masa Kerja dan Sikap Kerja terhadap Kejadian Low Back Pain pada Penenun di Kampong BNI Kab.Wajo. Skripsi. Program Studi Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, Makassar.
- Palilingan, R. A. 2020. Hubungan Usia dan Masa Kerja dengan Keluhan Otot Rangka Pekerja Kacang Sangrai di Kecamatan Kawangkoan Kabupaten Minahasa. *Jurnal Ergonomi dan K3*, 5(2), 25-32.
- Riningrum, H. 2016. *Pengaruh Sikap Kerja, Usia, dan Masa Kerja terhadap Keluhan Subyektif Low Back Pain pada Pekerja Bagian Sewing Garmen PT. APAC INTI CORPORA Kabupaten Semarang* (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang). Riset Kesehatan Dasar (2018)
- Suma'mur, 2014. *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. Jakarta: Sagung Seto
- Triana, D. 2020. Karakteristik Sosial Ekonomi Masyarakat Nelayan Kapal Motor di Desa Lampulo Kecamatan Kuta Alam Banda Aceh (online) diakses dari [https://etd.unsyiah.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=86141](https://etd.unsyiah.ac.id/index.php?p=show_detail&id=86141) pada 9 Januari 2021
- Undang-undang Nomor 45 tahun 2009 tentang Perikanan (online) diakses dari [http://www.kiara.or.id/wp-content/uploads/2016/03/UU\\_45\\_2009\\_Perikanan.pdf](http://www.kiara.or.id/wp-content/uploads/2016/03/UU_45_2009_Perikanan.pdf) pada 9 Januari 2021
- Wardani, W., Wiryono, W., & Susatya, A. 2020. Pengaruh Umur Dan Gender Terhadap Sikap Peduli Lingkungan Pada Masyarakat Dikampung Nelayan Sejahtera Kelurahan Sumber Jaya Kota Bengkulu. *Naturalis: Jurnal Penelitian Pengelolaan Sumber Daya Alam dan Lingkungan*, 9(2), 85-91.