

HUBUNGAN ANTARA POSISI DUDUK DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG PADA PENGEMUDI TRUK TANGKI DI PT. PERTAMINA TERMINAL BAHAN BAKAR MINYAK (BBM) BITUNG

Chyntia Angkouw*, Paul A. T. Kawatu*, Sri Seprianto Maddusa*

*Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sam Ratulangi

ABSTRAK

Nyeri punggung merupakan gejala ketidaknyamanan atau rasa nyeri di daerah punggung dan merupakan salah satu gangguan musculoskeletal yang sering terjadi. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara posisi duduk dengan keluhan nyeri punggung pada pengemudi truk tangki di PT. Pertamina Terminal Bahan Bakar Minyak (BBM) Bitung. Menggunakan jenis penelitian observasional analitik. Dilaksanakan di PT. Pertamina TBBM Bitung pada bulan Juli-Oktober 2018 dengan jumlah sampel 59 pengemudi. Pengambilan data keluhan nyeri punggung menggunakan kuesioner dan posisi duduk menggunakan metode penilaian RULA. Uji statistik menggunakan uji spearman dengan tingkat kemaknaan 0,05. Hasil uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara posisi duduk dengan keluhan nyeri punggung ($p\text{Value}=0,002$) dengan nilai $r=0,401$ yang berarti kekuatan hubungan antara kedua variabel cukup kuat dan searah.

Kata Kunci: Posisi Duduk, Keluhan Nyeri Punggung

ABSTRACT

Back pain is a symptom of discomfort or pain in the back area and is one of the musculoskeletal disorders that often occurs in everyday life. This research was conducted to find out whether there is a correlation among sitting position with complaints of back pain on a tank truck drivers in PT. Pertamina Terminal Bahan Bakar Minyak (BBM) Bitung. Using this type of observational analytic study. Implemented in pt. Pertamina TBBM Bitung in July-October 2018 with 59 total sample driver. Pengambilan back pain complaint data using questionnaires and a sitting position using the method of assessment of RULA. The statistical test using spearman test with a level of significance of 0.05. Test result statistics show there are significant correlation between sitting position with complaints of back pain ($p\text{Value} = 0.002$) with a value of $r = 0,401$ which means the strength of the relationship between the two variables is quite powerful and direct.

Keywords: Sitting position, Complaints of Back Pain

PENDAHULUAN

Menurut Pinzon dalam Erry (2016) nyeri punggung merupakan gejala ketidaknyamanan atau rasa nyeri di daerah punggung dan merupakan salah satu gangguan musculoskeletal yang sering terjadi.

Nyeri punggung banyak dikeluhkan oleh tenaga kesehatan dengan besar prevalensi selama satu tahun di negara-negara barat sebesar 36,2%-57,9%

sedangkan negara-negara di Asia sebesar 36,8%-69,7%.

Faktor yang menjadi pemicu sehingga menyebabkan terjadinya keluhan nyeri punggung antara lain lama kerja, masa kerja dan posisi duduk.

Faktor lain penyebab nyeri punggung yang paling sering juga ialah gerakan yang tiba-tiba bisa menyebabkan nyeri punggung, postur tubuh yang buruk,lemah otot dan sakit

perut dan mencoba untuk mengambil sesuatu yang berat (Anonim, 2016).

Posisi duduk yang kurang baik akan menimbulkan kelelahan dikarenakan otot menjadi tegang dan apabila terjadi secara berulang akan menyebabkan rasa nyeri pada punggung. Hal ini merupakan faktor resiko timbulnya keluhan nyeri punggung, dan lambat laun produktivitas kerja menurun.

Melihat dari segi otot, sikap duduk yang ideal yaitu tidak terlalu membungkuk, akan tetapi dilihat dari susunan tulang sikap yang terbaik yaitu duduk yang tegak, agar punggung tidak bungkuk dan otot perut tidak berada pada keadaan yang lemas (Suma'mur, 2009).

Pengemudi truk tangki PT. Pertamina Terminal Bahan Bakar Minyak (BBM) Bitung berjumlah 143 pengemudi dan masing-masing pengemudi memiliki jarak tempuh yang berbeda-beda untuk penyaluran minyak ke SPBU tiap-tiap konsumen,

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik. Dilaksanakan di PT. Terminal Bahan Bakar Minyak (BBM) Bitung pada bulan Juli – Oktober 2018 dengan sampel sebanyak 59 pengemudi. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner untuk keluhan nyeri punggung dan untuk

posisi duduk menggunakan metode penilaian RULA.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	N	%
Laki-Laki	59	100
Total	59	100

Pada table 1, seluruh responden berjenis kelamin laki-laki.

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan umur

Umur	N	%
<40	48	81,4
≥40	11	18,6
Total	59	100

Pada tabel 2, responden dengan umur <40 tahun yang terbanyak yaitu 48 responden (81,4).

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan masa kerja

Masa Kerja (Tahun)	N	%
<6	44	74,6
6-10	7	11,9
>10	8	13,6
Total	59	100

Pada tabel 3, distribusi responden terbanyak pada masa kerja <6 tahun dengan 44 responden (74,6%).

Tabel 4. Hasil pengukuran posisi duduk

Posisi Duduk	N	%
Ergonomis		
Kurang	23	39
Ergonomis	30	50,8
Tidak	6	10,2
Ergonomis		
Total	59	100

Pada tabel 4, distribusi posisi duduk terbanyak yaitu kurang ergonomis dengan 30 responden (50,8%).

Sikap duduk saat melakukan pekerjaan berperan besar terhadap kemungkinan terjadinya masalah kesehatan, misalnya keluhan nyeri punggung (Budiono 2009).

Menurut Nurmianto (2004) saat berdiri, eergi yang dibutuhkan lebih banyak dibandingkan pada saat duduk, hal ini disebabkan karena saat duduk beban otot pada kaki berkurang.

Nyeri punggung terjadi ketika sarana yang digunakan tidak sesuai dengan postur tubuh pekerja.

Tabel 5. Hasil pengukuran keluhan nyeri punggung

Keluhan Nyeri Punggung	N	%
Kadang-kadang	10	16,9
Sering	27	45,8
Selalu	22	37,3
Total	59	100

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan melalui wawancara terhadap pegemudi truk tangki, distribusi keluhan nyeri punggung terbanyak pada kategori sering dengan 27 responden (45,8%).

Pemicu terjadinya keluhan nyeri punggung disebabkan oleh berlebihannya pekerjaan, berlebihannya penggunaan otot serta otot yang sering mengalami ketegangan bahkan cedera, (Latif, 2011).

Tabel 6. Hubungan Antara Posisi Duduk dengan Keluhan Nyeri Punggung

Posisi Duduk	Keluhan Nyeri Punggung								pValue	r
	Kadang-kadang		Sering		Selalu		Total			
	n	%	n	%	n	%	n	%		
Ergonomis	8	13,6	9	15,2	6	10,1	23	38,9		
Kurang Ergonomis	2	3,4	18	30,6	10	17	30	51	0,002	0,401
Tidak Ergonomis	0	0	0	0	6	10,1	6	10,1		
Jumlah	10	17	27	45,8	22	37,2	59	100		

Berdasarkan tabel 6, responden yang paling banyak dengan posisi duduk kurang ergonomis dengan kategori keluhan nyeri punggung sering sebanyak 18 responden (30,6%). Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara kedua variabel, hal ini berdasarkan hasil statistik dengan uji korelasi *Spearman* dengan hasil $p= 0,002$ ($p<0,05$) dan nilai $r=0,401$ dengan tingkat keeratan hubungan yang cukup, tanda korelasi positif memiliki makna bahwa kedua variabel memiliki arah hubungan yang berpola searah yaitu semakin tidak ergonomis posisi duduk pengemudi maka semakin tinggi pula keluhan nyeri punggung yang akan dirasakan.

Kurang ergonomisnya posisi duduk pengemudi truk tangki disebabkan oleh beberapa faktor antara lain tidak sesuainya postur tubuh pengemudi dengan bentuk dan desain dari sarana yang digunakan. Hal ini yang menyebabkan pengemudi berada dalam posisi duduk yang keliru atau yang kurang ergonomis pada saat mengemudikan truk tangki.

Hal ini selaras dengan penelitian Wiramurti (2015), yang menyatakan bahwa antara posisi kerja duduk dengan keluhan nyeri punggung

memiliki hubungan yang erat atau signifikan.

Nyeri punggung yang sering dialami para pengemudi diakibatkan oleh durasi waktu dalam mengemudi. Penelitian yang dilakukan bahwa kurang ergonomisnya posisi duduk erat kaitannya dengan terjadinya nyeri punggung. Semakin kurang ergonomis atau bahkan tidak ergonomis posisi duduk maka semakin tinggi pula keluhan nyeri punggung yang dirasakan.

KESIMPULAN

Mengacu pada hasil penelitian yang didapati, maka kesimpulan yang bisa diambil antara lain :

1. Gambaran posisi duduk menunjukkan bahwa posisi ergonomis 23 pengemudi (39%), posisi kurang ergonomis 30 pengemudi (50,8%) dan posisi tidak ergonomis 6 pengemudi (10,2%).
2. Keluhan nyeri punggung terbanyak yaitu pada kategori sering sebanyak 27 responden (45,8%).
3. Terdapat hubungan antara posisi duduk dengan keluhan nyeri punggung pada pengemudi truk tangki dengan tingkat kekuatan hubungan yang cukup, tanda korelasi positif memiliki makna bahwa kedua variabel memiliki arah hubungan yang berpola searah yaitu semakin

tidak ergonomis posisi duduk pengemudi maka semakin tinggi keluhan nyeri punggung yang dirasakan.

SARAN

1. Pengemudi truk tangki perlu memperhatikan posisi duduk saat mengemudikan kendaraan agar meminimalisir akibat terjadinya keluhan nyeri punggung.
2. Sebagai masukan bagi pimpinan perusahaan ada baiknya memberikan edukasi dalam bentuk seminar atau penyuluhan kepada pengemudi truk tangki tentang bagaimana cara mengidentifikasi nyeri punggung, hal-hal yang menjadi pemicu terjadinya nyeri punggung dan bagaimana cara menanggulangnya.

Budiono, Yusuf dan A. Pusparini. 2009. *Hiperkes Keselamatan Kerja*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro Semarang.

Erry SNA. *Kejadian Nyeri Punggung Bawah (Low Back Pain) Pada Pekerja Di Stasiun Pengisian Dan Pengangkutan Bulk Elpigi (SPPBE) Bogor Tahun (2016)*. Artikel Ilmu Kesehatan, 8(1), Hal 79-85.

Latif, R. 2011. *Nyeri Punggung Bawah*. Artikel. Krakatau Medika Hospital.

Nurmianto, E. 2004. *Ergonomi Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Surabaya: Guna Widya.

Suma'mur. 2009. *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*. Jakarta: PT. Toko Gunung Agung.

Wiramurti I. D. M. (2017). *Hubungan Antara Pengetahuan dan Posisi Kerja Duduk Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pengemudi Bus Terminal Karombasan Jurusan Manado-Tomohon*. Jurnal. Vol 7, No 4. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado.

DAFTAR PUSTAKA