

HUBUNGAN ANTARA UMUR DAN SIKAP KERJA DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG PADA KELOMPOK NELAYAN DI DESA KALASEY KECAMATAN MANDOLANG KABUPATEN MINAHASA

Sumarty Amalia Masloman*, Paul A. T. Kawatu*, Ribka Wowor*

*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi

ABSTRAK

Nyeri punggung adalah nyeri dibagian lumbar, lumbosacral atau di daerah leher. Nyeri punggung biasanya dirasakan sebagai rasa sakit atau rasa kaku dibagian punggung. Nyeri punggung dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain faktor individu seperti umur dan faktor resiko pekerjaan seperti postur janggal/sikap kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara umur dan sikap kerja dengan keluhan nyeri punggung pada kelompok nelayan di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa. Penelitian ini menggunakan metode survei analitik dengan pendekatan cross sectional dengan total sampel 37 orang nelayan. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner nyeri punggung dan kuesioner REBA. Analisis data meliputi analisis univariat dan analisis bivariate menggunakan uji Rank Spearman ($p \leq 0,05$). Hasil uji statistik diperoleh nilai p value masing-masing variabel independent yaitu umur (p value = 0,000, $R = 0,818$) dan sikap kerja (p value = 0,002, $R = 0,499$). Kesimpulannya terdapat hubungan antara umur dan sikap kerja dengan keluhan nyeri punggung pada kelompok nelayan di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa. Berdasarkan hal ini perlu memberikan penyuluhan khususnya keselamatan dan kesehatan kerja mengenai faktor-faktor resiko dan sikap kerja yang sesuai dengan prinsip ergonomi kepada nelayan sehingga dapat mengurangi resiko terjadinya keluhan nyeri punggung pada Nelayan di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa serta dukungan tambahan melakukan peregangan otot atau pemanasan sebelum melakukan pekerjaan.

Kata Kunci: Umur, Sikap Kerja, Keluhan Nyeri Punggung

ABSTRACT

Back pain is pain in the lumbar, lumbosacral or in the neck area. Back pain is usually felt as a rigid sense of pain or the back. Back pain can be affected by several factors, among others, individual factors such as age and their risk factors of work like the awkward posture/stance work. This research aims to find out whether there is a correlation between age and attitude to work with complaints of back pain in a group of fisherman in the village of Kalasey sub-district of Mandolang Regency of Minahasa. This research use analytic survey method with cross sectional approach with a total sample of 37 fishermen. This research use questionnaire instrument back pain questionnaire and REBA. Data analysis includes an analysis of Univariate and bivariate analysis using Spearman Rank test ($p \leq 0.05$). The results of statistical tests of the p value obtained value of each of the independent variables namely age (p value = 0.000, $R = 0.818$) and work attitude (p value = 0.002, $R = 0.499$). In conclusion there is a correlation between age and attitude to work with complaints of back pain in a group of fisherman in the village of Kalasey sub-district of Mandolang Regency of Minahasa. Based on this need to give guidance or health and safety education regarding risk factors and attitudes to work in accordance with the principles of ergonomics to fishermen so that they can reduce the risk of the occurrence of pain complaints back at the fishing village of Kalasey sub-district of Mandolang Regency of Minahasa and additional support do muscle stretching or warming up before doing the work.

Keywords: Age, Attitude To Work, Complaints Of Back Pain

PENDAHULUAN

Istilah punggung menggambarkan batang tubuh mulai dari bawah leher, terus ke bawah sampai ke tulang ekor. Punggung bagian atas disebut punggung bagian toraks (dada) dan punggung bagian bawah merupakan punggung bagian lumbal (pinggang) (Eleanor dkk, 2007). Nyeri punggung merupakan nyeri yang disebabkan karena kelainan muskuloskeletal dan terjadi karena masalah mekanis otot, tulang, sendi, atau ligamen di punggung, rasa nyeri yang dirasakan pada sepanjang tulang belakang yaitu dari leher hingga punggung bawah. Hal ini terjadi akibat penyalagunaan dan pemakaian berlebihan pada bagian punggung (Brooker, 2009). Di Indonesia prevalensi penyakit musculoskeletal yang telah didiagnosis oleh tenaga kesehatan yaitu sekitar 11,9% dan berdasarkan gejala yaitu 24,7% (Anonim, 2013). Dalam kasus nyeri punggung di Indonesia jumlah penderita antara 7,6% sampai 37% (Koesyanto, 2013).

Umur merupakan salah satu faktor terjadinya nyeri punggung. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Betti'e dalam Tarwaka (2010) menunjukkan bahwa kekuatan otot maksimal terjadi pada umur 20-29 tahun, seiring bertambahnya

umur, kekuatan otot akan mengalami penurunan pada usia 60 tahun. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Saputra dkk (2017) menunjukkan adanya hubungan antara umur dengan keluhan nyeri punggung bawah pada tenaga kerja bongkar muat di pelabuhan Manado.

Sikap kerja merupakan faktor pendukung terjadinya nyeri punggung. Secara teori didapatkan bahwa posisi tubuh dan sikap kerja yang tidak benar atau melebihi kemampuan menjadi salah satu penyebab terjadinya nyeri punggung (Suma'mur, 2009). Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Wakid (2015) pada 50 Nelayan di Desa Belang Kabupaten Minahasa Tenggara didapatkan bahwa sikap kerja dapat mempengaruhi keluhan nyeri punggung pada nelayan.

Berdasarkan survei awal pada Kelompok Nelayan di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa, terdapat 3 kelompok nelayan dengan jumlah keseluruhan 37 orang. Terdapat keluhan yang sering dialami oleh para nelayan yaitu, sakit dibagian punggung, sakit atau merasa kaku di bagian leher atas, sakit dibagian pinggang, dan sakit pada bahu yang terjadi setelah melakukan operasi penangkapan ikan. Oleh sebab itu maka

penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang umur dan sikap kerja dengan keluhan nyeri punggung pada Kelompok Nelayan di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian survei analitik, dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini bertempat di Desa Kalasey Kecamatan mandolang Kabupaten MInahasa yang dilaksanakan pada bulan September sampai Desember 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah nelayan di Desa Kalasey berjumlah 52 orang dengan sampel kelompok nelayan sebanyak 37 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *cluster sampling*. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner, alat tulis kamera dan laptop. Analisis yang dipakai dalam menguji hipotesis penelitian ini yaitu menggunakan analisis univariat dan bivariat. Uji statistic yang digunakan yaitu uji *Rank Spearman* dengan tingkat kemaknaan 95% (nilai $\alpha = 0.05$).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden dalam penelitian ini yaitu jenis kelamin dan masa kerja. Karakteristik responden dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	37	100
Masa Kerja (Tahun)	n	%
<6	6	16,2
6-10	11	29,7
>10	20	54,1

Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin yaitu semuanya berjenis kelamin laki-laki sebanyak 37 responden dengan presentase 100%. Karakteristik responden berdasarkan masa kerja terbanyak pada >10 tahun sebanyak 20 responden dengan presentase 54,1%.

Analisis univariat pada variabel umur, sikap kerja dan keluhan nyeri punggung dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Hasil pengukuran umur, sikap kerja dan keluhan nyeri punggung.

Umur	n	%
17-25	2	5,4
26-35	5	13,5
36-45	10	27
46-55	8	21,6
56-65	12	32,5
Sikap Kerja	n	%
Risiko Sedang	7	18,9
Risiko Tinggi	18	48,7
Risiko Sangat Tinggi	12	32,4
Keluhan Nyeri Punggung	n	%
Jarang	10	27
Kadang-kadang	19	51,4
Sering	8	21,6

Tabel 2 menunjukkan bahwa variabel umur responden terbanyak pada kelompok umur 56-65 dengan jumlah 12 responden (32,5%) sedangkan pada kelompok umur 17-25 tahun adalah kelompok umur yang berjumlah paling sedikit yakni 2 responden (5,4%). Variabel sikap kerja yang diukur menggunakan kuesioner *Rapid Entry Body Assesment* dengan hasil pengukuran sikap kerja yang paling banyak yaitu pada resiko tinggi sebanyak 18 responden (48,7%) sedangkan sikap kerja resiko sedang paling sedikit yaitu 7 responden (18,9%). Variabel keluhan nyeri

punggung dalam penelitian ini diteliti dengan menggunakan kuesioner mengenai nyeri punggung dengan hasil pengukuran yaitu kategori nelayan dengan keluhan nyeri punggung terbanyak yaitu pada kategori kadang-kadang sebanyak 19 responden (51,4%) sedangkan keluhan nyeri punggung yang paling sedikit pada kategori sering sebanyak 8 responden (21,6%).

Hubungan antara umur dan sikap kerja dengan keluhan nyeri punggung pada kelompok nelayan di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3. Hubungan antara Umur dan Sikap Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Pada Kelompok Nelayan di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa

Kategori	Keluhan Nyeri Punggung						n	%	pValue	R
	Jarang		Kadang-kadang		Sering					
	n	%	n	%	n	%				
Umur (Tahun)										
17-25	2	5,4	0	0	0	0	2	5,4	0,000	0,818
26-35	4	10,8	1	2,7	0	0	5	13,5		
36-45	4	10,8	6	16,3	0	0	10	27,1		
46-55	0	0	8	21,6	0	0	8	21,6		
56-65	0	0	4	10,8	8	21,6	12	32,4		
Sikap Kerja										
Risiko Sedang	7	18,9	0	0	0	0	7	18,9	0,002	0,499
Risiko Tinggi	3	8,1	9	24,3	6	16,2	18	48,6		
Risiko Sangat Tinggi	0	0	10	27,1	2	5,4	12	32,5		

Berdasarkan Tabel 3, menunjukkan bahwa nelayan di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang Kabupaten

Minahasa paling banyak berumur 56-65 tahun yang sering mengalami keluhan nyeri punggung sebanyak 8 orang

(21,6%) dan nelayan yang kadang-kadang mengalami keluhan nyeri punggung sebanyak 4 orang (10,8). Pada variabel sikap kerja nelayan di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa paling banyak pada kategori resiko sangat tinggi pada kategori kadang-kadang sebanyak 10 responden (27,1%) yang mengalami keluhan nyeri punggung dan sikap kerja dengan resiko tinggi pada nelayan yang mengalami keluhan nyeri punggung dalam kategori kadang-kadang sebanyak 9 responden (24,3%).

Berdasarkan uji statistik antara umur dengan keluhan nyeri punggung pada hasil uji korelasi *spearman* didapatkan *p value* sebesar 0,000 dengan nilai dengan nilai $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$). Nilai *p value* (0,000) lebih kecil dibandingkan dengan nilai α (0,05), nilai *range* adalah 0,818 dengan tingkat keeratan hubungan yang sangat kuat tanda korelasi positif memiliki makna bahwa kedua variabel memiliki arah hubungan yang berpola searah artinya semakin bertambahnya umur seseorang maka keluhan nyeri punggung akan semakin meningkat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Saputra dkk (2017) dan Watunwotuk dkk (2015) yang menunjukkan adanya hubungan umur dengan keluhan nyeri punggung pada

umur diatas 35 tahun yang disebabkan oleh berkurangnya kekuatan otot karena bertambahnya umur. Semakin tua umur seseorang maka semakin berkurang kapasitas maupun kemampuan orang tersebut. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Horal dan Row dalam Pratiwi (2009) yang menemukan bahwa pada umur 40 tahun keluhan nyeri punggung akan lebih sering terjadi. Penelitian yang dilakukan oleh Garg dalam Pratiwi (2009) menemukan kasus nyeri punggung bawah tertinggi pada umur 35-55 tahun dan dengan bertambahnya umur maka keluhan nyeri punggung akan semakin meningkat. Hal ini diperkuat dengan penelitian Sorenson yang mendapatkan bahwa keluhan nyeri punggung mulai terjadi pada umur 35 tahun dan semakin meningkat pada umur 55 tahun (Pratiwi, 2009).

Menurut Tarwaka (2004), mengatakan bahwa kekuatan fisik mencapai titik optimal pada umur 25-30 tahun dan setelah titik optimal terlampaui maka akan terjadi penurunan kapasitas fisiologi hingga 1% per tahun sehingga tubuh lebih rentan terhadap penyakit, kemudian pada usia 25-64 tahun mulai mengalami keluhan otot. Keluhan pertama biasanya dialami saat berusia 35 tahun dan tingkat keluhan akan semakin parah sejalan dengan bertambahnya umur.

Berdasarkan uji statistik antara sikap kerja dengan keluhan nyeri punggung pada uji korelasi *spearman* didapatkan *p value* sebesar 0,002 dengan nilai $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$). Nilai *p value* (0,002) lebih kecil dibandingkan dengan nilai α (0,05), nilai *range* adalah 0,499 dengan tingkat keeratan hubungan yang cukup, tanda korelasi positif memiliki makna bahwa kedua variabel memiliki arah hubungan yang berpola searah artinya semakin tinggi level resiko sikap kerja maka keluhan nyeri punggung akan semakin meningkat.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Wakid dkk (2015) dan Tatilu dkk (2014) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara sikap kerja dengan keluhan nyeri punggung pada nelayan. Sikap kerja yang dilakukan dapat mempengaruhi bagian-bagian tubuh yang terlihat yaitu lengan, bahu, leher, punggung, kaki dimana bagian-bagian tubuh tersebut adalah paling banyak di keluhkan.

KESIMPULAN

1. Umur nelayan di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang paling banyak pada kategori 56-65 tahun sebanyak 12 responden.
2. Sikap kerja paling banyak pada level resiko tinggi sebanyak 18 responden.

3. Keluhan nyeri punggung paling banyak pada kategori kadang-kadang sebanyak 19 responden.
4. Ada hubungan yang sangat kuat antara umur dengan keluhan nyeri punggung pada nelayan di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa. Kedua variabel memiliki arah hubungan yang berpola searah artinya semakin bertambahnya umur maka keluhan nyeri punggung akan semakin meningkat.
5. Ada hubungan yang cukup antara sikap kerja dengan keluhan nyeri punggung pada nelayan di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang. Kedua variabel memiliki arah hubungan yang berpola searah artinya semakin tinggi level resiko sikap kerja maka keluhan nyeri punggung akan semakin meningkat.

SARAN

1. Nelayan yang memiliki umur yang sudah tua sebaiknya lebih memperhatikan sikap kerja, karena semakin bertambahnya umur maka kekuatan otot akan menurun dan dapat menyebabkan keluhan nyeri punggung.
2. Melakukan peregangan otot atau pemanasan sebelum melakukan pekerjaan dan melakukan

pemeriksaan kesehatan secara berkala.

3. Perlu adanya penyuluhan khususnya keselamatan dan kesehatan kerja mengenai faktor-faktor resiko dan sikap kerja yang sesuai dengan prinsip ergonomi kepada pekerja/nelayan sehingga dapat mengurangi resiko terjadinya keluhan nyeri punggung pada Nelayan di Desa Kalasey Kecamatan Mandolang Kabupaten Minahasa.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. 2013. Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2013. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kemenkes RI. (Online) <http://www.depkes.go.id/Riskesdas2013.pdf>. Diakses 11 Agustus 2018.
- Brooker. C. 2005. *Churchill Livingstone's Mini Encyclopedia Of Nursing*. Terjemahan Hartono. A, Pendit. B. U dan Widiarti. D. 2009. *Ensiklopedia Keperawatan. Buku Kedokteran EGC*. Jakarta.
- Eleanor. B, Graham. A. 2007. *Nyeri Punggung*. Terjemahan oleh Juwalita Surapsari. Jakarta : Erlangga.
- Koesyanto. H. 2013. *Masa Kerja dan Sikap Kerja terhadap Nyeri Punggung, Jurnal Kesehatan Masyarakat, Vol. 9 No. 1:9-14*.
- Pratiwi, dkk. 2009. *Beberapa Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Penjual Jamu Gendong*. (Online) <http://ejournal.undip.ac.id/index.php/jpki/article/download/2429/2147>. Diakses Tanggal 12 September 2018.
- Saputra. A. A, Kandou. G. D, Kawatu. P. A. T. 2017. *Hubungan Antara Umur, Masa Kerja dan Lama Kerja Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Tenaga Kerja Bongkar Muat di Pelabuhan Manado*. (Online) <http://ejournalhealth.com>. Diakses Tanggal 12 September 2018.
- Tarwaka. 2010. *Ergonomi Industri*. Surakarta : Harapan Press.
- Tarwaka, Bakri. H. A, Solichul, dan Sudiajeng. L. 2004. *Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. Surakarta : Uniba Press.
- Tatilu. E. J, Kawatu. P. A. T, Ratag. B. T. 2014. *Hubungan Antara Sikap Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Kantor Kesyahbandaraan dan Otoritas Pelabuhan Manado*. (Online) <http://fkm.unsrat.ac.id/wp-content/uploads/>. Diakses Tanggal 13 Agustus 2018.
- Wakid. A. N, Kawatu. P. A. T, Joseph. W. B. S. 2015. *Hubungan Antara Sikap Kerja dan Masa Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan di Desa Belang Kecamatan Belang*. (Online) <http://fkm.unsrat.ac.id/>. Diakses Tanggal 27 Juli 2018.
- Watunwotuk. S, Kawatu. P. A. T, Ratag. B. T. 2015. *Hubungan Antara Umur dan Sikap Kerja Dengan*

Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Bengkel Kendaraan Bermotor di Sepanjang Jalan Utara Daerah Malalayang Kota Manado. (Online) <http://fkm.unsrat.ac.id/>. Diakses Tanggal 12 Oktober 2018.