

GAMBARAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA NELAYAN DI KELURAHAN MALALAYANG 1 TIMUR KOTA MANADO

Novisca Priscillya Kumbea*, Afnal Asrifudin*, Oksfriani J. Sumampouw*

*Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado

ABSTRAK

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. 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. 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 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.

Kata Kunci: Usia, Masa Kerja, Sikap Kerja, Nyeri Punggung Bawah

ABSTRACT

Fishermen in the Malalayang 1 Timur village are still classified as traditional fishermen, because the techniques used to catch fish still use fishing rods and nets. This activity often causes fishermen to perform repetitive movements and requires fishermen to work in a position that can cause muscle complaints. 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 Village 1 Timur, Manado City. This research 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. The results of this study indicate that 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..

Keywords: Age, Years of Service, Work Attitude, Low Back Pain

PENDAHULUAN

Faktor ergonomi di dalam kerja dapat berupa kondisi kerja yang monoton dan menimbulkan ketidaknyamanan dengan beban berat serta adanya tindakan yang berkepanjangan. Salah satu penyakit yang diakibatkan oleh pekerjaan adalah penyakit nyeri punggung bawah. Nyeri dapat

dirasakan di sekitar punggung bawah yang dapat terjadi di area tulang belakang, saraf, otot, dan struktur lain di area ini. Kelainan yang ada di luar tulang belakang maupun diakibatkan oleh penyakit kelainan pada testis dan ovarium merupakan penyebab utama dari sakit punggung, ataupun pada

saat melakukan pekerjaan kondisi ataupun postur tubuh tidak tepat (Suma'mur, 2014).

Angka kejadian penyakit nyeri punggung bawah sangat bervariasi dapat mencapai 15-45% di setiap tahun. Bahkan pada Negara berkembang, penyakit punggung bawah menjadi persisten hingga mencapai 33% (Anggraika, dkk 2019). Dari sekitar 17,3 juta orang di Inggris yang menderita nyeri punggung, sebanyak 1,1 juta dapat berakibat lumpuh. Dalam 3 bulan, sebanyak 26% orang dewasa di Amerika mengalami nyeri punggung setidaknya 1 hari.

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 yang bekerja berusia 15 tahun ke atas memiliki keluhan dan gangguan kesehatan. Kekuatan otot yang menurun dan penuaan menyebabkan nyeri punggung bawah. Hal ini juga diperkuat dari hasil penelitian (Leni, 2018), bahwa ada kaitan antara usia dan masalah kesehatan. Ternyata seiring bertambahnya usia seseorang di masa dewasa, terjadi kerusakan jaringan tubuh yang menyebabkan penurunan kemampuan

fisik, yaitu penurunan kekuatan otot punggung, yang berdampak pada aktivitas. Penurunan kemampuan untuk melakukan aktivitas dan kinerja berkurang akibat penurunan kemampuan fisiologis, neurologis dan fisik yang terjadi antara usia 30 hingga 40 tahun dengan ritme yang berbeda untuk setiap orang.

Nelayan dalam undang-undang No.45 tahun 2009 dijelaskan bahwa Nelayan adalah orang yang hidup dengan mencari ikan. Nelayan adalah sekelompok orang yang hidupnya bergantung langsung pada hasil laut, baik perikanan maupun pertanian, biasanya hidup di wilayah pesisir, di lingkungan yang dekat dengan lokasi pencarian mereka. Nelayan memainkan peran yang sangat penting dalam memenuhi fakta tentang protein bagi jutaan orang di Indonesia

Sikap kerja dapat juga menyebabkan nyeri punggung bawah selain faktor usia. Menurut hasil penelitian dari (Agus, dkk 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, dkk 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, dan tahun 2020 dari bulan januari sampai bulan september jumlah kasus penderita menurun sebanyak 138 penderita, sehingga untuk tiga tahun terakhir kasus penderita muskuloskeletal mengalami naik turun kasus, sedangkan kasus muskuloskeletal yang terjadi berdasarkan usia, pada usi 20 tahun keatas, tahun 2018 berjumlah 87 penderita, tahun 2019 mengalami kenaikan jumlah kasus penderita yaitu sebanyak 282 penderita dan pada tahun 2020 dari bulan januari sampai bulan september jumlah penderita muskuloskeletal mengalami penurunan jumlah kasus yaitu sebanyak 136 penderita. Berdasarkan laporan yang ada dapat disimpulkan adanya 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 dirasakan oleh para nelayan yaitu seperti sakit pinggang, sakit pada pergelangan tangan, sakit pada bahu, sakit/kaku pada bagian leher atas. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang 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 DAN PEMBAHASAN

Hasil tabulasi silang antara keluhan nyeri punggung bawah dengan usia dan sikap kerja dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Tabulasi Silang Keluhan Nyeri Punggung Bawah Dengan Usia Dan Sikap Kerja

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					44	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.

Responden dalam penelitian ini berjumlah 44 orang nelayan dan semuanya berjenis kelamin laki-laki. Responden dalam penelitian ini adalah nelayan yang berada di Kelurahan Malalayang 1 Timur Kecamatan Malalayang Kota Manado.

Berdasarkan karakteristik usia dalam penelitian paling banyak pada usia 20-44 tahun sebanyak 13 orang (29,5%), 45-54 tahun sebanyak 13 orang (29,5%), dan

paling sedikit pada usia >70 tahun sebanyak 1 orang (2,4%).

Lembaran Rapid Entry Body Assesment (REBA) dilakukan untuk mengukur sikap kerja dalam penelitian dimana metode REBA dapat mengukur posisi yang terjadi pada anggota tubuh bagian atas (lengan bawah dan pergelangan tangan), badan, leher serta kaki secara bersama-sama. Penentuan akhir dari postur tubuh yang dilakukan oleh Nelayan berupa gaya atau beban yang dilakukan, jenis pegangan dan aktivitas otot dapat ditentukan dengan metode REBA.

Sikap kerja adalah suatu pekerjaan yang kegiatannya mencakup mengangkat, menurunkan, mendorong, menarik, menahan, membawa bahkan memindahkan beban hanya dengan satu tangan atau kedua tangan dan atau penggerahan seluruh tubuh (Tarwaka, 2015). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 44 orang nelayan diperoleh nelayan dengan posisi

kerja resiko sedang ada 4 orang nelayan (9,1%), nelayan dengan posisi kerja resiko tinggi sebanyak 14 orang nelayan (31,8%) dan nelayan dengan posisi kerja resiko sangat tinggi ada 26 orang nelayan (59,1%).

Berdasarkan observasi pada nelayan ketika melakukan pekerjaan selama proses penangkapan ikan yaitu dengan sikap kerja duduk, sikap kerja berdiri, sikap kerja badan agak membungkuk pada saat proses penangkapan ikan, dan karena tidak adanya sandaran pada tempat duduk nelayan, sikap kerja yang tidak ergonomi, sering jongkok, sikap kepala yang sering menunduk, serta gerakan yang dilakukan berulang sehingga dapat menimbulkan resiko bagi para nelayan untuk mengalami keluhan nyeri punggung bawah (Tarwaka, 2015).

Kecatatan nyeri punggung bawah dapat terjadi dalam skala akut, sub akut bahkan menjadi kronis dapat disebabkan oleh nyeri punggung bawah. Faktor-faktor penyebab keluhan nyeri punggung bawah dapat berupa postur tubuh *mood*, depresi, obesitas, tinggi badan dan usia (Saleh, 2018).

Para pekerja industri sering mengalami satu bentuk gangguan dari nyeri punggung bawah atau nyeri pinggang bawah berupa gangguan jaringan saraf. Adanya penekanan pada saraf belakang akibat bantalan tulang belakang yang bergeser adalah salah satu penyebabnya. Ruas tulang belakang atau sendi memiliki

komponen inti yang disebut nukleus yang bentuknya seperti agar-agar dan memiliki fungsi sebagai bantalan dan perdeam kejut. Nyeri yang sangat luar biasa dapat terjadi apabila nucleus tertekan hingga pecah yang menekan ujung saraf atau sumsum tulang belakang yang diakibatkan adanya pembebanan berat yang dilakukan secara terus menerus. (Tambunan, 2018).

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada nelayan di Kelurahan Malalayang 1 Timur Kecamatan Malalayang Kota Manado yang berjumlah 44 orang nelayan yang diukur dengan menggunakan instrumen penelitian kuesioner keluhan nyeri punggung bawah didapatkan hasil nelayan dengan keluhan nyeri punggung bawah tingkat jarang sebanyak 21 orang nelayan (47,7%) dan nelayan dengan keluhan nyeri punggung bawah tingkat sering sebanyak 23 orang nelayan (52,3%).

Sesuai dengan pertanyaan yang diajukan kepada nelayan yang termasuk dalam 5 jawaban tertinggi untuk kategori jarang terdapat pada pertanyaan, saya merasakan nyeri tertusuk-tusuk dibagian punggung bawah sebanyak 24 orang nelayan, saya merasakan nyeri pada bagian punggung bawah setelah melakukan pekerjaan sebanyak 24 orang nelayan, saya merasakan kaku di punggung bagian bawah sebanyak 20 orang nelayan, saya merasakan nyeri punggung bawah sebelum melakukan aktivitas pekerjaan sebanyak 20 orang

nelayan dan saya memeriksakan diri/melapor rasa sakit ke Puskesmas/Klinik sebanyak 28 orang nelayan. Sedangkan 5 jawaban tertinggi untuk kategori sering terdapat pada pertanyaan, saya merasakan nyeri pada bagian punggung bawah hanya pada saat melakukan pekerjaan sebanyak 20 orang nelayan, saya merasa kesulitan pada saat membungkukan badan sebanyak 24 orang nelayan, saya merasa sulit memutar badan saya kekiri dan kekanan sebanyak 16 orang nelayan, saya merasakan kaku di punggung bagian bawah sebanyak 16 orang nelayan, dan nyeri punggung yang saya rasakan sembuh pada saat beristirahat sebanyak 16 orang nelayan.

Suma'mur (2011) menjelaskan dislokasi pada tulang punggung dapat terjadi akibat adanya keluhan dari pekerja berupa nyeri punggung bawah yang dialami pekerja yang menyebabkan rasa nyeri yang sangat yang irreversible dan dapat berakibat fatal bagi pekerja tersebut.

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.

KESIMPULAN

1. Nelayan di Kelurahan Malalayang 1 Timur dominan lebih sering mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Berdasarkan faktor usia, masa kerja dan sikap kerja.
2. Nelayan dengan keluhan nyeri punggung bawah tingkat jarang yaitu 21 orang nelayan (47,7%) dan nelayan dengan tingkat keluhan sering sebanyak 23 orang nelayan (52,3%).

SARAN

1. Nelayan sebaiknya dalam bekerja dapat memperhatikan sikap kerja yang dapat mengurangi resiko terjadinya nyeri punggung bawah agar lebih ergonomis dengan menggunakan alat bantu seperti roda dan lainnya saat mengangkat beban saat bekerja. Serta memperhatikan kondisi perahu, alat kerja dan pelampung.
2. Pemerintah kelurahan Malalayang 1 Timur bekerja sama dengan instansi kesehatan terdekat seperti Puskesmas agar dapat mengadakan kegiatan

penyuluhan dalam rangka mendukung sikap kerja yang ergonomi dalam upaya pencegahan keluhan nyeri punggung bawah.

3. Penelitian selanjutnya dapat melakukan penelitian untuk mengukur hubungan antara usia, masa kerja dan sikap kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada nelayan.

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*. Skripsi. Stikes Muhammadiyah Palembang: Program Studi Ilmu Keperawatan. Vol. 4, No.1.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Hasil Utama Riskesdas 2018
- Leni, ASM dan Triyono E. 2018. Perkembangan Usia Memberikan Gambaran Kekuatan Otot Punggung Pada Orang Dewasa Usia 40-60 Tahun. *GASTER* 16 (1): 1-8
- Saleh L. M, 2018. *Keselamatan dan Kesehatan Kerja Kelautan*; Yogyakarta. CV BUDI UTAMA.
- Suma'mur 2011. *Keselamatan Kerja Dan Pencegahan Kecelakaan*. Jakarta: CV. Haji Masagung
- Suma'mur, 2014. *Higiene Perusahaan dan Kesehatan Kerja (HIPERKES)*; Jakarta: Sagung Seto.
- Tambunan, SE. 2018. Gambaran Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Pemotong Ikan di Pasar Simalingkar tahun 2018. *Skripsi*. Universitas Sumatera Utara. Medan.
- Tarwaka. 2015. *Ergonomi Industri Dasar-dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Surakarta: HARAPAN PRESS.