



Artikel Penelitian

HUBUNGAN DUDUK LAMA DAN KETIDAKSESUAIAN KURSI TERHADAP NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PENJAHIT

RELATIONSHIP OF OLD SITTING AND UNCONFITABILITY CHAIR TO LOW BACK PAIN ON SEWERS

Yudha P. Haryanto,^a Kesuma Wardhani,^b Siti Kemala Sari^b^a Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara, Jl. STM, No.77, Medan, 20219, Indonesia^b Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara, Jl. STM, No.77, Medan, 20219, Indonesia

Histori Artikel

Diterima:
22 April 2021Revisi:
29 Mei 2021Terbit:
05 Januari 2022

ABSTRAK

Nyeri punggung bawah didefinisikan sebagai nyeri, ketegangan otot atau kekakuan yang dirasakan diantara sudut igaterbawah dan lipat bokong bawah. Perjalanan nyeri ini biasanya dirasakan hingga ke arah tungkai dan kaki, nyeri punggung bawah telah diidentifikasi sebagai salahsatu gangguan yang paling sering terjadi pada populasi pekerja di dunia ini. Untuk mengetahui hubungan posisi duduk lama dan ketidaksesuaian kursi kerja terhadap nyeri punggung bawah pada penjahit. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian yang sifatnya *cross sectional*. Sampel: 30 orang dengan menggunakan kuesioner, mengukur tinggi lebar kursi kerja, dan tes REBA yang diambil secara *total sampling* yaitu dengan keseluruhan dari jumlah populasi dengan dilakukan analisa data menggunakan uji *chi square*. Karakteristik responden yang berusia 35-44 tahun 19 orang, 45-55 tahun 11 orang. Berdasarkan ketidaksesuaian kursi yang paling banyak ada 15 orang berisiko rendah dan 10 orang berisiko sedang, dan ada 5 orang yang berisiko tinggi. Mesin jahit goyang kaki 30 orang. Riwayat duduk lama ada 16 orang yang kurang dari 4 jam, dan 14 orang lebih dari 4 jam. Berdasarkan nyeri punggung bawah ada 15 orang. Hubungan ketidaksesuaian kursi kerja yaitu LBP $p = 0,013$ ($p < 0,05$) dan hubungan posisi duduk lama pada nyeri punggung bawah yaitu $p = 0,005$ ($p < 0,05$).

Kata Kunci

Usia,
Ketidaksesuaian,
Lama Duduk.

ABSTRACT

Coronavirus disease 2019 (Covid-19) is a new type of disease that has never been previously identified in humans. The virus that causes Covid-19 is called Sars-CoV-2. Corona viruses are zoonosis (transmitted between animals and humans). Researchers say that SARS is transmitted from civet cats to humans and MERS is transmitted from camels to humans. The animal that is the source of Covid-19 is still unknown. To find out the level of knowledge of the people of Kutapanjang District about how to prevent the transmission of Covid-19. The type of research used is descriptive with a cross-sectional study method where a sample of 99 people was obtained, which was taken by random sampling method, which means that it was taken randomly using univariate analysis so that it can be concluded that the most respondents were aged 26-39 years, namely 43 respondents. (43%), the most respondents in this study were male as many as 50 respondents (50.5%), the most respondents obtained were high school graduates, as many as 46 respondents (46.5%), Based on the occupation of the most respondents were self-employed, as many as 30 respondents (30.3%), Respondents have good knowledge as many as 91 respondents (91.9%).

Korespondensi

Tel. 08136263332

Email:
yudha99haryanto
@gmail.com

PENDAHULUAN

Sikap punggung yang membungkuk dalam bekerja, posisi duduk yang kurang baik, dan frekuensi duduk pada kursi yang kurang ergonomi akan menimbulkan masalah muskuloskeletal pada pekerja.¹

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hasibuan (2017) terhadap 55 responden, didapatkan bahwa 43 (78,2%) dari 55 orang memiliki risiko *Low Back Pain* yang berlokasi di Jalan Pandu Medan. Dengan frekuensi usia terbanyak adalah usia ≥ 35 tahun.²

Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan posisi duduk lama dan ketidaksesuaian kursi kerja terhadap keluhan *Low Back Pain* pada penjahit di Jalan Jendral Ahmad Yani, Kota Binjai.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian yang sifatnya *crosssectional*. Sampel: 30 orang dengan menggunakan questioner yang telah dilakukan uji validitas sebesar 0,707 dan reabilitas sebesar 0,764, mengukur tinggi lebar kursi kerja, dan tes REBA yang diambil secara *total sampling* yaitu dengan keseluruhan dari jumlah populasi, tidak adanya kriteria inklusi dan eksklusi pada penelitian ini dikarenakan teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan metode *total sampling* dimana dengan dilakukan analisa data menggunakan uji *chi square* dengan no EC. 103/EC/KEPK.UISU/2021.

HASIL

Penelitian ini dilaksanakan di lokasi penjahit di Jalan jenderal Ahmad Yani, Kota

Binjai, Sumatera Utara, Indonesia. Penelitian di lakukan pada bulan Mei sampai Maret 2021 pada penjahit konveksi di Jalan jenderal Ahmad Yani, Kota Binjai.

Pada penelitian ini pengambilan besar sampel ditentukan dengan menggunakan probabilitas sampling total sampling, teknik simple total sampling penelitian ini memperoleh 30 responden.

Tabel 1. Distribusi Responden berdasarkan Usia

Variabel	Frekuensi (n=30)	Persentase (%)
Usia		
35 – 44 tahun	19	63,3
45 – 55 tahun	11	36,7
Risiko		
Risiko Rendah	25	83,3
Risiko Tinggi	5	16,7
Jenis Mesin Jahit Goyang Kaki		
Mesin Jahit Goyang Kaki	30	100
Bantalan Kursi		
Ada	15	50
Tidak ada	15	50
Sandaran Kursi		
Tidak menggunakan	30	100
Riwayat Lama Duduk		
≤ 4 jam	16	53,3
≥ 4 jam	14	46,7
Lebar Kursi		
21 cm	5	16,7
31 cm	7	23,3
33 cm	11	36,7
46 cm	7	23,3
Tinggi Kursi		
30 cm	8	26,7
46 cm	6	20,0
50 cm	11	36,7
51 cm	5	16,6
Riwayat Masa Kerja		
10 Tahun	5	16,7
20 Tahun	25	83,3
Riwayat Low Back Pain		
<i>Low Back Pain</i>	15	50,0
<i>Non Low Back Pain</i>	15	50,0

Gambaran karakteristik responden yang menderita Nyeri punggung bawah yang diamati adalah Posisi Duduk Lama dan Ketidaksesuaian Kursi dengan Nyeri punggung bawah. Adapun gambaran karakteristik responden yang

menderita Posisi Duduk Lama dan Ketidaksesuaian Kursi dapat dilihat pada tabel berikut.

Berdasarkan tabel 1 didapati frekuensi responden berdasarkan usia, yang paling banyak adalah responden dengan usia 35-44 tahun yaitu sebanyak 19 orang (63,3%) dengan resiko rendah yaitu sebanyak 25 orang (83,3%), menggunakan mesin jahit yang berjenis mesin jahit goyang kaki dengan jumlah responden 30 orang (100%) menggunakan bantalan dan tidak menggunakan bantalan kursi yaitu sebanyak 15 orang (50%) serta tidak menggunakan sandaran kursi dengan jumlah responden 30 orang (100%) dimana frekuensi duduk kurang dari 4 jam yaitu sebanyak 16 orang (53,3%), lebih dari 4 jam sebanyak 14 orang (46,7%) lebar kursi 33 cm yaitu sebanyak 11 kursi (36,7%) dan tinggi kursi 50 cm yaitu sebanyak 11 kursi (36,7%), 30 cm sebanyak 8 kursi (26,7%), 46 cm sebanyak 6 kursi (20%) dan 51 cm sebanyak 5 kursi (16,6%) masa kerja selama 20 tahun yaitu sebanyak 25 orang (83,3%), dan masa kerja selama 10 tahun sebanyak 5 orang (16,7%) memiliki riwayat nyeri punggung bawah dan tidak nyeri punggung bawah yaitu sebanyak 15 orang (50,0%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Ketidaksesuaian Kursi Dengan Low Back Pain Pada Penjahit

Ketidaksesuaian Kursi	Low Back Pain (LBP)				P Value
	LBP	%	Non-LBP	%	
Risiko Rendah	10	13,4	15	86,7	0.013
Risiko Tinggi	5	33,3	0	00,0	
Total	15	100	15	100	

Berdasarkan tabel 2. Pengujian data dalam penelitian ini menggunakan uji analisa Chi Square menghasilkan nilai $p = 0,013$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan ketidaksesuaian kursi dengan *Low Back Pain* pada penjahit.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Duduk Dengan Low Back Pain Pada Penjahit

Riwayat Lama Duduk	Low Back Pain (LBP)				P Value
	LBP	%	Non-LBP	%	
≤ 4 jam	9	60,3	7	46,7	0.005
≥ 4 jam	6	39,7	8	53,3	
Total	15	100	15	100	

Berdasarkan tabel 12. Pengujian data dalam penelitian ini menggunakan uji analisa Chi Square menghasilkan nilai $p = 0,005$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan riwayat lama duduk dengan *Low Back Pain* pada penjahit.

DISKUSI

Berdasarkan tabel 1 didapati frekuensi responden berdasarkan usia, yang paling banyak adalah responden dengan usia 35-44 tahun yaitu sebanyak 19 orang (63,3%) dengan resiko rendah yaitu sebanyak 25 orang (83,3%), menggunakan mesin jahit yang berjenis mesin jahit goyang kakidengan jumlah responden 30 orang (100%) menggunakan bantalan dan tidak menggunakan bantalan kursi yaitu sebanyak 15 orang (50%) serta tidak menggunakan sandaran kursi dengan jumlah responden 30 orang (100%) dimana frekuensi duduk kurang dari 4 jam yaitu sebanyak 16 orang (53,3%), lebih dari 4 jam sebanyak 14 orang (46,7%) lebar kursi 33 cm yaitu sebanyak 11 kursi (36,7%) dan tinggi kursi 50 cm yaitu sebanyak 11 kursi (36,7%), 30

cm sebanyak 8 kursi (26,7%), 46 cm sebanyak 6 kursi (20%) dan 51 cm sebanyak 5 kursi (16,6%) masa kerja selama 20 tahun yaitu sebanyak 25 orang (83,3%), dan masa kerja selama 10 tahun sebanyak 5 orang (16,7%) memiliki riwayat nyeri punggung bawah dan tidak nyeri punggung bawah yaitu sebanyak 15 orang (50,0%)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ridho Putra Surya tahun 2018 yang menunjukkan bahwa kelompok usia ini didapatkan nyeri punggung bawah sebanyak 80 orang (74,1%) dari 108 subjek penelitian sedangkan yang tidak mengalami nyeri punggung bawah sebanyak 28 orang (25,9%) dari 108 subjek penelitian.³

Konstruksi punggung yang unik memungkinkan terjadinya fleksibilitas dan memberikan perlindungan terhadap sumsum tulang belakang. Adanya perubahan degenerasi diskus intervertebralis akibat usia menjadi fibrokartilago yang padat dan tidak teratur merupakan penyebab nyeri punggung biasa, dimana L4-L5 dan L5-S1 menderita stress mekanis dan menekan sepanjang akar saraf tersebut.⁴

Berdasarkan tabel 2 pengujian data dalam penelitian ini menggunakan uji analisa Chi Square menghasilkan nilai $p = 0,013$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan ketidaksesuaian kursi dengan *Low Back Pain* pada penjahit

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ridho Putra Surya tahun 2018 yang

menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kursi kerja dengan timbulnya keluhan nyeri pinggang pada tenaga bagian tenun kain sarung.³

Berdasarkan tabel 3 pengujian data dalam penelitian ini menggunakan uji analisa Chi Square menghasilkan nilai $p = 0,005$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan riwayat lama duduk dengan *Low Back Pain* pada penjahit.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ridho Putra Surya tahun 2018 yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara riwayat lama duduk dengan timbulnya keluhan nyeri pinggang pada tenaga bagian tenun kain sarung.³

Pekerjaan yang dilakukan dengan duduk seperti menjahit, sikap duduk yang paling baik yang tidak berpengaruh buruk terhadap tulang belakang adalah dengan sikap duduk sedikit lordosa pada pinggang dan sikap duduk tegak untuk menghindari punggung bungkuk serta otot perut lemas. Sikap duduk demikian dapat dicapai dengan penggunaan kursi yang tepat.³

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian ini diantaranya adalah:

1. Karakteristik responden penelitian diantaranya adalah: usia responden terbanyak adalah dengan usia 35-44 tahun yaitu sebanyak 19 orang (63,3%) dengan resiko rendah yaitu sebanyak 25 orang (83,3%), menggunakan mesin jahit yang berjenis mesin jahit goyang kaki dengan jumlah responden 30 orang (100%)

- menggunakan bantalan dan tidak menggunakan bantalan kursi yaitu sebanyak 15 orang (50%) serta tidak menggunakan sandaran kursi dengan jumlah responden 30 orang (100%) dimana frekuensi duduk kurang dari 4 jam yaitu sebanyak 16 orang (53,3%), lebih dari 4 jam sebanyak 14 orang (46,7%) lebar kursi 33 cm yaitu sebanyak 11 kursi (36,7%) dan tinggi kursi 50 cm yaitu sebanyak 11 kursi (36,7%), 30 cm sebanyak 8 kursi (26,7%), 46 cm sebanyak 6 kursi (20%) dan 51 cm sebanyak 5 kursi (16,6%) masa kerja selama 20 tahun yaitu sebanyak 25 orang (83,3%), dan masa kerja selama 10 tahun sebanyak 5 orang (16,7%) memiliki riwayat nyeri punggung bawah dan tidak nyeri punggung bawah yaitu sebanyak 15 orang (50,0%)
2. Pengujian data dalam penelitian ini menggunakan uji analisa *Chi Square* menghasilkan nilai $p = 0,013$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan ketidaksesuaian kursi dengan *Low Back Pain* pada penjahit.
 3. Pengujian data dalam penelitian ini menggunakan uji analisa *Chi Square* menghasilkan nilai $p = 0,005$ ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan riwayat lama duduk dengan *Low Back Pain* pada penjahit.

DAFTAR REFERENSI

1. Koesyanto. Masa Kerja dan Sikap Kerja Duduk Terhadap Nyeri Punggung. Semarang: Jurnal Kesehatan Masyarakat. Universitas Negeri Semarang. *Masa*

Kerja dan Sikap Kerja Duduk Terhadap Nyeri Punggung Semarang J Kesehat Masyarakat Univ Negeri Semarang. 2013.

2. Hasibuan, Y H. Faktor Resiko Terjadinya *Low Back Pain* pada Penjahit di Jalan pandu.Medan. Dosen Fakultas Kedokteran UISU Medan. *Fakt Resiko Terjadinya Low Back Pain pada Penjahit di Jalan panduMedan Dosen Fak Kedokt UISU Medan.* 2017.
3. Putra R.S., Legiran, Azhar M B. Hubungan Posisi Duduk dan Ketidakesuaian Desain Tempat Duduk Sepeda Motor Dengan Kejadian Nyeri Pinggang Pada Pegendara Ojek Daring. Palembang: Fakultas Kedokteran Univeritas Sriwijaya. *Hub Posisi Duduk dan Ketidakesuaian Desain Tempat Duduk Sepeda Mot Dengan Kejadian Nyeri Pinggang Pada Pegendara Ojek Daring Palembang Fak Kedokt Univeritas Sriwijaya.* 2018.
4. Noor Z. Gangguan Muskuloskletal. Jakarta Selatan. Salemba Medika Jln. Raya Lenteng Agung. *Gangguan Muskuloskletal Jakarta Selatan Salemba Med Jln Raya Lenteng Agung.* 2016.