

## BAB V

### PEMBAHASAN

#### 5.1 Posisi Kerja Pada Pekerja *Home Industry* Sarang Burung Walet

##### Kembangbahu Tahun 2022

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat risiko tertinggi dengan posisi kerja tidak berisiko pada pekerja sarang burung walet Kembangbahu yaitu sebagian besar 26 pekerja (59%). Sedangkan pekerja sarang burung walet pada posisi kerja berisiko hampir setengahnya 18 pekerja (41%). Salah satu aspek yang dipertimbangkan dalam ergonomi yaitu posisi kerja, posisi kerja adalah berbagai posisi dari anggota tubuh pekerja selama melakukan aktivitas pekerjaan, pembagian posisi kerja dalam ergonomi didasarkan pada posisi tubuh dan pergerakan (Utami et al., 2017). Posisi kerja yang salah dan dipaksakan dapat menyebabkan kelelahan pada otot sehingga kerja menjadi kurang efisien, dalam jangka waktu yang lama dapat menyebabkan gangguan fisik dan psikologis dengan keluhan yang dirasakan pada punggung dan pinggang atau pada bagian tubuh lainnya (Fahmiawati1 et al., 2019). Bekerja dengan posisi janggal akan mengakibatkan jumlah energi yang dibutuhkan dalam bekerja. Posisi janggal merupakan posisi tubuh yang tidak sesuai dengan kondisi otot rangka sehingga mudah menimbulkan kelelahan, kegiatan yang termasuk dalam posisi janggal adalah memiringkan badan, membungkuk, jongkok, memegang dalam posisi statis, pengulangan atau lama waktu dalam posisi menggapai, dan berputar dengan posisi ini akan melibatkan beberapa area tubuh seperti bahu, punggung, dan lutut karena daerah ini yang paling sering mengalami cedera (Andini, 2015).

Hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian dari pekerja sarang burung walet Kembangbahu saat bekerja duduk dengan posisi duduk tegak dan jarak meja

beserta kursi yang dekat dengan dinding sehingga pekerja memanfaatkan dinding tersebut untuk bersandar. Namun terdapat beberapa pekerja dengan posisi janggal yaitu membungkuk selama 15-20 menit dan juga sering bekerja dengan posisi statis yaitu melakukan posisi duduk yang lama beberapa jam per hari. Pada lingkungan kerja terdapat kursi yang tidak ada sandaran dan alas kursi sehingga dapat menyebabkan ketegangan otot pada punggung bawah, postur kerja pada sebagian pekerja sedikit membungkuk hal ini yang dapat memicu posisi duduk yang salah dan tidak ergonomi. Sebagian besar pekerja sarang burung walet dituntut bekerja dalam posisi duduk dengan keadaan statis dan dilakukan secara berulang-ulang setiap hari dengan ketelitian yang tinggi apabila dilakukan dalam jangka waktu yang lama dengan lingkungan kerja yang tidak ergonomis maka akan berisiko terkena *low back pain* sehingga diperlukan tindakan perubahan secepatnya.

## **5.2 Keluhan *Low Back Pain* (LBP) Pada Pekerja *Home Indusry* Sarang Burung Walet Kembangbahu Tahun 2022**

Hasil penelitian yang dilakukan, diketahui keluhan *Low Back Pain* pada pekerja sarang burung walet Kembangbahu tertinggi yaitu pekerja mengalami keluhan sedang sebagian besar 25 pekerja (57%) adapun hamper setengahnya pekerja yang mengalami keluhan ringan yaitu 18 pekerja (41%) dan pekerja yang mengalami keluhan berat sebagian kecil 1 pekerja (2%). Dari hasil observasi kebanyakan pekerja merasakan kaku di punggung bagian bawah, merasakan nyeri tertusuk-tusuk di punggung bagian bawah, merasakan nyeri punggung bawah hanya pada saat melakukan pekerjaan. nyeri punggung yang dirasakan pekerja pada saat duduk.

Menurut Bull & Archad dalam *low back pain* sebagian besar bersifat sederhana yang melibatkan kerja tulang, ligament dan otot punggung. *Gejala low back pain* berupa sakit atau kaku otot, kebas (mati rasa), serta kesemutan. *Low back pain* dapat menyebar ke bagian tubuh lain seperti tungkai dan kaki. *Low back pain* jarang fatal namun nyeri yang dirasakan dapat membuat penderita mengalami penurunan kemampuan aktivitas sehari-hari. Menurut (Dinata, 2021) penyebab *low back pain* yang paling sering terjadi yaitu durasi duduk lama, posisi duduk yang tidak ergonomis, aktivitas yang berlebihan, serta trauma.

Keluhan yang diteliti yaitu keluhan subjektif yang dirasakan oleh pekerja sarang burung walet Kembangbahu. Sebagian besar pekerja sarang burung walet Kembangbahu mengalami keluhan ringan yaitu merasakan kaku di punggung bagian bawah, merasakan nyeri tertusuk-tusuk di punggung bagian bawah, merasa kesemutan pada daerah punggung bawah, dan nyeri yang dirasakan pada bagian punggung bawah saat melakukan pekerjaan. Berdasarkan teori dan penelitian yang dilakukan, peneliti berasumsi bahwa *low back pain* merupakan gangguan muskuloskeletal yang disebabkan oleh aktivitas tubuh yang kurang baik akibat dari ergonomi yang salah sehingga menyebabkan keluhan *low back pain*.

### **5.3 Hubungan Posisi Kerja dengan Keluhan *Low Back Pain* (LBP) Pada Pekerja Sarang Burung Walet Kembangbahu Tahun 2022**

Berdasarkan hasil analisis bivariat diketahui bahwa keluhan *low back pain* ringan pada posisi kerja tidak berisiko sebagian besar 14 pekerja (54%) dan keluhan ringan pada posisi kerja berisiko sebagian kecil 4 pekerja (22%), kemudian keluhan sedang pada posisi kerja tidak berisiko hamper setengahnya 12 pekerja (46%) dan posisi kerja berisiko sebagian besar 13 pekerja (72%), dan

keluhan berat pada posisi kerja tidak berisiko tidak satu pun 0 pekerja (0%) dan posisi kerja berisiko sebagian kecil 1 pekerja (6%). Berdasarkan hasil uji Somers'd diperoleh nilai p-value sebesar 0,036. Karena p-value <  $\alpha$  0,05 maka dinyatakan bahwa  $H_1$  diterima, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variabel posisi kerja dengan keluhan *low back pain* pada pekerja sarang burung walet Kembangbahu.

Dalam penelitian (Anggraika, 2019) menunjukkan terdapat hubungan posisi kerja dengan keluhan *low back pain* pada pegawai di STIKes Muhammadiyah Palembang nilai p-value yang diperoleh sebesar 0,021 (p-value < 0,05). Penelitian ini juga sejalan dengan (Harahap, 2021) yang menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan posisi kerja dengan keluhan *low back pain* pada petani penyadap karet di desa Simbolon nilai p-value yang diperoleh sebesar 0,018 (p-value < 0,05). Penelitian ini sesuai dengan (SINAGA, 2020) yang menunjukkan hasil terdapat hubungan postur kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada petugas pengangkut sampah kota Medan nilai p-value yang diperoleh sebesar 0,038 (p-value < 0,05). Juga sejalan dengan (Kamariah et al., 2020) yang menunjukkan hasil bahwa ada hubungan antara posisi kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada penjahit pakaian di Pasar Bauntung Batuah Martapura nilai p-value yang diperoleh sebesar 0,000 (p-value < 0,05). Menurut (Husna et al., 2021) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara posisi kerja dengan keluhan *low back pain* pada pengrajin payet Halidah di Kecamatan Cempak diperoleh nilai p-value 0,041 (p-value < 0,05).

Umur merupakan faktor risiko yang mempengaruhi mempengaruhi seorang pekerja untuk meningkatkan risiko terjadinya *low back pain*. Hasil

penelitian pada karakteristik responden didapatkan frekuensi umur pekerja sarang burung walet Kembangbahu tertinggi yaitu pada kelompok umur 31–33 tahun sebanyak 16 pekerja (36%). Peningkatan frekuensi kejadian *low back pain* seiring dengan peningkatan umur berhubungan dengan proses penuaan. Menurut Tarwaka (2014) menyebutkan bahwa keluhan pertama biasa dirasakan pada umur 30 tahun dan tingkat keluhan akan meningkat seiring bertambahnya umur, pada usia 30 tahun terjadi degenerasi yang berupa kerusakan jaringan serta pengurangan cairan. Hal ini menyebabkan stabilitas tulang dan otot menjadi berkurang, semakin tua seseorang maka akan semakin tinggi risiko orang tersebut mengalami penurunan elastisitas pada tulang dan sikap yang tidak ergonomis mengakibatkan meningkatnya risiko ergonomi yang menjadi pemicu timbulnya gejala *low back pain* (Umboh et al., 2017). Hasil penelitian (Saputra, 2020) pada pekerja batik tulis Semarang diperoleh nilai p-value 0,020 ( $\alpha < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa umur berhubungan dengan keluhan *low back pain*. Penelitian ini juga sejalan dengan (Triwulandari & Zaidah, 2019) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan umur dengan keluhan *low back pain* pada pembatik di kampung Batik Giriloyo dengan nilai p-value 0,031 ( $\alpha < 0,05$ ).

Jenis kelamin memiliki hubungan dengan terjadinya *low back pain* yang disebabkan karena kemampuan otot wanita lebih rendah dibandingkan dengan laki-laki. Hasil penelitian diketahui pekerja *home industry* sarang burung walet Kembangbahu semua pekerja berjenis kelamin perempuan sebanyak 44 (100%). Menurut (Wijayanti & Saftarina, 2019) secara fisiologis kemampuan otot wanita lebih rendah daripada pria, pada wanita keluhan ini sering terjadi misalnya pada saat mengalami siklus menstruasi, selain itu proses menopause juga dapat

menyebabkan kepadatan tulang berkurang akibat penurunan hormon esterogen sehingga memungkinkan terjadinya nyeri punggung. Sehingga *low back pain* lebih sering terjadi pada wanita daripada laki-laki. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa seluruh pekerja di *home industry* sarang burung walet Kembangbahu berjenis kelamin perempuan yang sebagian besar pekerja merupakan ibu rumah tangga. Seluruh pekerja sarang burung walet Kembangbahu telah mengalami proses menstruasi, mayoritas pekerja sudah menikah dan mengalami proses bersalin dan menyusui. Selain itu, beberapa pekerja mengaku sudah berada pada fase menopause.

Masa kerja merupakan faktor risiko yang sangat mempengaruhi seorang pekerja untuk meningkatkan risiko terjadinya *low back pain*. Hasil penelitian pada karakteristik pekerja didapatkan frekuensi masa kerja pekerja sarang burung walet Kembangbahu tertinggi yaitu pada masa kerja 5-6 tahun sebanyak 25 pekerja (57%), pekerja dengan masa kerja lama memiliki risiko lebih tinggi mengalami keluhan *low back pain* karena melakukan aktivitas secara terus-menerus dalam jangka waktu bertahun-tahun tentunya dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh. Begitu pula sebaliknya seseorang yang memiliki masa kerja baru mempunyai risiko lebih rendah mengalami keluhan *low back pain*. Penelitian yang dilakukan oleh (Rohmawan & Hariyono, 2017) pada pekerja bagian produksi PT Surya Besindo Sakti Kabupaten Serang diperoleh nilai p-value 0,005 ( $\alpha < 0,05$ ) dan nilai (CI 95%: 1,159-3,466) yang berarti terdapat hubungan signifikan antara masa kerja dengan keluhan *low back pain*. Penelitian ini juga sejalan dengan (Fitrianti Anisa et al., 2021) yang menunjukkan ada hubungan masa kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada karyawan

Badan Pendapatan Daerah Kabupaten Tanah Laut Tahun 2021 (p-value = 0,003<0,05). Menurut asumsi peneliti dari hasil penelitian bahwa beberapa pekerja sarang burung walet Kembangbahu telah menggeluti pekerjaannya sejak lama karena lokasi *home industry* yang dekat dengan rumah dan juga untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari.

Lama kerja merupakan salah satu faktor risiko terjadinya *low back pain*. Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar pekerja sarang burung walet Kembangbahu lama kerja dalam sehari yaitu 8 jam yaitu pukul 07.00 – 16.00 WIB dengan lama istirahat  $\pm 1$  jam namun ada juga pekerja yang bekerja lebih dari 8 jam. (Bilondatu, 2018) menyebutkan bahwa jumlah waktu kerja yang efisien untuk seminggu yaitu 40-48 jam yang terbagi dalam 5 atau 6 hari kerja dan maksimum waktu kerja tambahan yang masih efisien adalah 30 menit. Memperpanjang waktu kerja lebih dari kemampuan lama kerja tersebut bisa menyebabkan tidak efisien, efektivitas dan produktivitas kerja yang tidak optimal. Jam kerja yang melebihi ketentuan dapat menyebabkan kelelahan yang mengarah ke nyeri punggung bawah (Prastuti et al., 2020). Berdasarkan hasil penelitian di *home industry* sarang burung walet Kembangbahu bahwa tidak adanya ketentuan waktu yang ditetapkan untuk lama kerja, mereka bekerja sesuai dengan banyaknya sarang walet yang harus diselesaikan dalam sehari. Waktu istirahat yang diberikan jarang digunakan untuk beristirahat karena pekerja mengejar target untuk memperoleh sarang yang sudah dibersihkan dalam jumlah banyak dan biasanya menambah waktu kerja sehingga pekerja akan menerima lebih banyak upah.