

Available online: <http://openjournal.wdh.ac.id/index.php/edudharma>

Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat

ISSN (Print) 2597-890 X , ISSN (Online) 2686-6366



Analisis Durasi Jam Kerja dengan *Low Back Pain* pada Nelayan di Dusun Mamokeng Negeri Tulehu Kecamatan Salahutu Kabupaten Maluku Tengah

Hasna Tunny^{1*}, Siti Rochmaedah¹, Idham Soamole¹, Ellen Lombonaung¹

¹STIKes Maluku Husada, Kairatu, Seram Bagian Barat dan Kode Pos: 97566, Indonesia

ARTICLE INFORMATION	A B S T R A C T
<p>*Corresponding Author</p> <p>Name: Hasna Tunny Email: Hasna.tunny.stikesmh@gmail.com</p> <p>Keywords: Fishermen_1 Work duration_2 Low back pain_3</p>	<p><i>Background: Low back pain (LBP) is a condition with discomfort or acute pain in the lower back in the fifth and sacroid lumbar vertebrae. Low back pain (LBP) is the most common musculoskeletal disorder in the world. About 80% of adults will experience low back pain in their lifetime. One of the main causes of low back pain is moderate to vigorous physical activity. High physical activity has become a risk factor for low back pain, especially in adolescents and adults. In the adolescent to adult age group, a person has higher and heavier activities compared to children and the elderly. Activities carried out can be in the form of playing, exercising, working, and also studying. Objective: To determine the relationship between work duration and low back pain in fishermen from Mamokeng Village. Method: The implementation of this activity is carried out face to face from house to house with the aim of making it more effective, convincing and familiarizing the relationship between the researcher and the target as well as a quick response. Results: There is a relationship between the duration of working hours and lower back pain in fishermen in Mamokeng Negeri Tulehu Hamlet with $p = 0.001$. Suggestion: It is hoped that fishermen from Mamoken Village can reduce the duration of their work so that their health is maintained.</i></p>

<p>Kata kunci: Nelayan_1 Durasi kerja_2 Nyeri punggung Bawah_3</p>	<p style="text-align: center;">A B S T R A K</p> <p>Latar Belakang: <i>Low back pain</i> (LBP) merupakan suatu keadaan dengan rasa tidak nyaman atau nyeri akut pada punggung bawah daerah ruas lumbalis kelima dan sarkalis, <i>Low back pain</i> (LBP) kelainan musculoskeletal yang paling umum di dunia. Sekitar 80% orang dewasa akan mengalami low back pain di masa hidupnya. Salah satu penyebab utama dari low back pain adalah aktivitas fisik sedang hingga tinggi. Aktivitas fisik yang tinggi telah menjadi faktor risiko low back pain terutama pada remaja hingga dewasa. Pada kelompok umur remaja hingga dewasa, seseorang memiliki aktivitas yang lebih tinggi dan berat dibanding dengan anak-anak maupun lansia. Aktivitas yang dilakukan dapat berupa bermain, berolahraga, bekerja, dan juga belajar. Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara durasi kerja terhadap nyeri punggung bawah pada nelayan dusun mamokeng. Metode: Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan secara langsung bertatap muka dari rumah ke rumah dengan sasaran sehingga lebih efektif, meyakinkan dan mengakrabkan hubungan antara peneliti dan sasaran serta cepatnya respon. Hasil: Terdapat hubungan antara durasi jam kerja dengan nyeri punggung bawah pada nelayan di Dusun Mamokeng Negeri Tulehu dengan nilai $p=0.001$. Saran: Diharapkan nelayan Desa mamoken dapat mengurangi durasi kerjanya sehingga kesehatannya tetap terjaga.</p>
	<p style="text-align: center;">This is an open access article under the CC-BY-NC-SA license.</p> <div style="text-align: right;">  </div>
	<p style="text-align: right;">Copyright © 2023 Authors</p>

PENDAHULUAN

Sumber kehidupan masyarakat pesisir tidak lepas dari profesi nelayan, selain nelayan juga terdapat profesi sebagai penyelam. Nelayan adalah suatu kelompok masyarakat yang kehidupannya tergantung langsung pada hasil laut, baik dengan cara melakukan penangkapan ataupun budidaya (PERMEN-KP, 2018).

World Health Organization (WHO) tahun 2011 dalam Alfarisi (2018) melaporkan bahwa sekitar 80% orang menderita LBP. Kasus LBP terjadi pada usia 18-56 tahun dan terdapat lebih dari 500.000 kejadian

di Amerika. Persentase LBP mengalami kenaikan sebanyak 59% dalam kurun waktu 5 tahun (Lara, 2020).

Durasi kerja merupakan perhitungan jumlah waktu yang seorang pekerja pakai saat dia bekerja (pehitungan dalam jam) melakukan aktivitas dalam kurun waktu 1 hari, waktu istirahat tidak termasuk di dalamnya. Durasi kerja sebagai penentu seorang pekerja dikatakan memiliki status kesehata pekerja, efektivitas, efisiensi, dan kerja yang produktif (Handayani & Febriyanto, 2022).

Low back pain (LBP) merupakan suatu keadaan dengan rasa tidak nyaman atau nyeri akut pada punggung bawah daerah ruas lumbalis kelima dan sarkalis, *Low back pain* (LBP) kelainan muskuloskeletal yang paling umum di dunia. Sekitar 80% orang dewasa akan mengalami low back pain di masa hidupnya. Salah satu penyebab utama dari low back pain adalah aktivitas fisik sedang hingga tinggi (Farid et al., 2023).

Kegiatan yang biasanya dapat mempercepat terjadinya kelelahan otot pada nelayan dikarenakan melakukan penurunan dan pengangkatan jaring yang dilakukan sebanyak 8 kali dengan durasi ± 10 menit per *setting*. Jika aktivitas yang mengharuskan nelayan melakukan suatu pekerjaan dalam posisi yang dinamis misalnya duduk, jongkok, berdiri, mengangkat, berjalan dan membungkuk secara berulang-ulang dalam waktu yang lama inilah yang menyebabkan nelayan mengalami keluhan nyeri di bagian punggung bawah. Penelitian Silitonga & Utami (2021); Sari et al (2015) dan Riry et al (2022), membuktikan ada hubungan lama kerja, Pulungan (2021); Siahaan et al (2021) Siahaan (2021) dan Gintulangi (2020), hasil penelitian membuktikan ada hubungan masa kerja dengan kejadian nyeri punggung bawah.

Dusun Mamokeng Kecamatan Salahutu Kabupaten Maluku Tengah memiliki daerah pesisir. Masyarakat di daerah pesisir pantai maupun yang tinggal jauh dari daerah pantai Dusun Mamokeng, mata pencahariannya adalah sebagai seorang nelayan. Nelayan di Dusun Mamokeng masih tergolong dalam nelayan tradisional, karena teknik yang digunakan untuk menangkap ikan masih menggunakan alat pancing dan jala.

Meskipun ada beberapa nelayan juga melakukan penyelaman. Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti didapatkan data sebanyak 52 nelayan, dimana sebagian besar bekerja dari jam 20.00 wit - 04.00 wit dan mengeluhkan nyeri punggung bawah. Lama durasi kerja yang dapat menyebabkan terjadinya nyeri punggung bawah ≥ 8 jam (Silitonga & Utami, 2021)(Pratiwi et al., 2020); (Riry et al., 2022), 7-9 jam (Sari et al., 2015), > 5 jam (Pulungan, 2021); (Herawati & Bratajaya, 2022);(Siahaan et al., 2021) dan (Herawati & Bratajaya, 2022). Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan durasi jam kerja dengan nyeri punggung bawah pada nelayan di Dusun Mamokeng kecamatan Salahutu Kabupaten Maluku Tengah

METODE

Penelitian ini dilakukan secara langsung dari rumah ke rumah, sehingga lebih efektif, meyakinkan dan mengakrabkan hubungan antara peneliti dan sasaran serta cepatnya respon. Penelitian ini dilakukan di daerah Dusun Mamokeng Kecamatan Salahutu Kabupaten Maluku Tengah terkhususnya RT 1 dan 2 pada bulan Mei 2023.

Variabel dalam penelitian ini adalah durasi jam kerja, dan keluhan nyeri punggung bawah. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh nelayan yang berada di Dusun Mamokeng Kecamatan Salahutu Kabupaten Maluku Tengah terkhususnya RT 1 dan 2 yaitu sekitar 52 nelayan.

Pengambilan data durasi jam kerja dan nyeri punggung menggunakan kuisisioner berdasarkan gejala *low back pain* (Pulungan, 2021) yang disesuaikan dengan aktivitas nelayan. Kemudian hasil data tersebut dianalisis menggunakan uji *chi-square*.

HASIL

1. Durasi Jam Kerja

Tabel 1. Distribusi Durasi Jam Kerja

Durasi	n	%
< 5 jam	6	11,5
≥ 5 jam	46	88,5
Total	52	100

Sumber: Data Primer 2023

Dari tabel 1 didapatkan nelayan di Dusun Mamokeng Negeri Tulehu paling banyak bekerja dengan durasi lebih dari 5 jam sebanyak 46 orang (88.5%) dan yang lebih sedikit dengan durasi kurang dari 5 jam sebanyak 6 orang (11.5%).

2. Nyeri Punggung Bawah

Tabel 2. Distribusi Nyeri Punggung Bawah

Nyeri Punggung Bawah	n	%
Nyeri Sedang	38	73,1
Nyeri Ringan	14	26,9
Total	52	100

Sumber: Data Primer 2023

Dari tabel 2 diketahui nelayan di Dusun Mamokeng Negeri Tulehu paling banyak mengalami nyeri punggung bawah dengan kategori nyeri sedang sebanyak 38 orang (73.1%) sedangkan paling sedikit dengan kategori nyeri ringan sebanyak 14 orang (26.9%).

3. Hubungan Durasi Jam Kerja Dengan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan Di Dusun Mamokeng Negeri Tulehu

Tabel 3. Hubungan Durasi Jam Kerja Dengan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan

Durasi	Nyeri Punggung Bawah				Total		<i>p value</i>
	Nyeri sedang		Nyeri ringan		n	%	
< 5 jam	21	28,8	12	16,4	33	45,2	
≥ 5 jam	40	54,8	0	0,0	40	54,8	0,000
Jumlah	61	83,6	12	16,4	73	100	

Sumber: Data Primer 2023

Berdasarkan hasil tabel 3 didapatkan nelayan di Dusun Mamokeng Negeri Tulehu Kecamatan Salahutu Kabupaten Maluku Tengah mengalami nyeri punggung bawah kategori nyeri sedang sebanyak 38 orang (73,1%) dimana 37 orang (71,2%) bekerja dengan durasi lebih dari 5 jam dalam sehari dan 1 orang (1,9%) bekerja dengan durasi kurang dari 5 jam dalam sehari. Sedangkan kategori ringan sebanyak 14 orang (26,9%) dimana 9 orang (17,3%) bekerja dengan durasi lebih dari 5 jam dalam sehari dan 5 orang (9,6%) bekerja dengan durasi kurang dari 5 jam dalam sehari.

Pada penelitian ini ditemukan nelayan mengalami nyeri punggung bawah lebih banyak dengan kategori nyeri sedang, dibandingkan dengan nyeri ringan yang lebih sedikit. Hasil dari tabel diatas juga didapatkan nilai *p value* sebesar 0.001 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara durasi jam kerja dan nyeri punggung bawah pada nelayan.

PEMBAHASAN

1. Durasi Jam Kerja

Durasi jam kerja merupakan waktu yang dihabiskan oleh pekerja untuk melakukan aktivitas pekerjaan dalam sehari. Durasi jam kerja dapat mempengaruhi kesehatan pekerja dan produktivitas kerja.

Waktu kerja yang panjang dan lebih dari kemampuan pekerja biasanya para pekerja akan mengalami nyeri punggung bawah. Dalam penelitian ini ditemukan data yang menunjukkan dengan pasti adanya hubungan durasi jam kerja dengan nyeri punggung bawah. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada pekerja operator alat berat oleh Triana Puspita Handayani (2022), dimana waktu kerja yang berkepanjangan dapat menimbulkan kelelahan serta gangguan kesehatan lainnya.

2. Nyeri Punggung Bawah

Pada penelitian ini menggunakan dua kategori nyeri punggung bawah berdasarkan pengelompokan *comparative pain scale* dimana nyeri punggung bawah dengan kategori nyeri sedang yaitu sebanyak 38 orang (73.1%) pada durasi kerja lebih dari 5 jam dalam sehari dan yang mengalami nyeri punggung bawah kategori nyeri ringan sebanyak 6 orang (11.5%) pada durasi kerja kurang dari 5 jam dalam sehari. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Filep Marfil Tarangi dkk (2022), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara durasi jam kerja dengan kejadian nyeri punggung bawah dengan nilai $p = 0.005$. Nyeri punggung bawah kategori nyeri sedang merupakan nyeri yang mengganggu aktivitas sedangkan nyeri ringan merupakan nyeri yang masih bisa ditahan dan tidak mengganggu aktivitas.

3. Hubungan Durasi Jam Kerja Dengan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan Di Dusun Mamokeng Negeri Tulehu

Pada penelitian ini didapatkan lebih banyak nelayan bekerja dengan durasi lebih dari 5 jam dalam sehari dari pada nelayan yang bekerja

kurang dari 5 jam dalam sehari. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan bahwa nilai p adalah 0.001, yang mana nilai $p < 0.05$ dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara durasi jam kerja dengan nyeri punggung bawah pada nelayan di Dusun Mamokeng Negeri Tulehu. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Silitonga & Utami (2021); Sari *et al* (2015) dan Riry *et al* (2022), membuktikan ada hubungan lama kerja, Pulungan (2021); Siahaan *et al* (2021) Siahaan (2021) dan Gintulangi (2020), hasil penelitian membuktikan ada hubungan masa kerja dengan kejadian nyeri punggung bawah. Hubungan yang signifikan dalam penelitian ini menjelaskan bahwa nelayan yang bekerja lebih dari 5 jam dalam sehari lebih banyak mengalami nyeri punggung bawah dibandingkan nelayan yang bekerja kurang dari 5 jam dalam sehari.

KESIMPULAN

Nelayan di Dusun Mamokeng Negeri Tulehu lebih banyak bekerja dengan durasi jam kerja ≥ 5 jam dari pada nelayan yang bekerja kurang dari 5 jam. Nyeri punggung bawah yang dialami nelayan lebih banyak pada kategori nyeri sedang

Terdapat hubungan antara durasi jam kerja dengan nyeri punggung bawah pada nelayan di Dusun Mamokeng Negeri Tulehu.

Nelayan Pesisir Pulau Ambon Di Kecamatan Nusaniwe Tahun 2022. *PAMERI: Pattimura Medical Review*, 4(2), 36–53.

DAFTAR PUSTAKA

Farid, F., Siahaan, E., & Usman, M. A. (2023). *Angka kejadian low back pada mahasiswa Fakultas kedokteran Universitas Hasanuddin angkatan 2019* 5(1), 77–85.

Handayani, T. P., & Febriyanto, K. (2022). Hubungan Durasi Kerja dengan Keluhan Low Back Pain pada Operator Alat Berat. *Borneo Studies and Research*, 3(2), 1922–1928.

Herawati, S. W., & Bratajaya, C. N. A. (2022). Hubungan Lama Kerja Dan Masa Kerja Dengan Kejadian Lbp Pada Petani Karet. *CENDEKIA UTAMA Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakatstikes Cendekia Utama Kudus*, 11(3), 203–212.

LARA, M. (2020). Hubungan Antara Usia Dan Durasi Kerja Dengan Kejadian Low Back Pain Pada Sopir Angkot Di Indonesia: Sebuah Tinjauan Sistematis. 29.

Pratiwi, R. Y., Waren, A., & Akbar, R. (2020). Hubungan Lama Bekerja dan IMT dengan Low Back Pain pada Pengemudi Taksi X Pekanbaru. *Jambi Medical Journal*, 8(2), 135–140.

Pulungan, D. P. (2021). Hubungan Masa Kerja, Posisi Kerja Dengan Posisi Low Back Pain Pada Nelayan Didesa Sei Merdeka Kecamatan Panai Tengah. In 2021.

Riry, N. R. J., Silalahi, P. Y., Kalilola, N. E., & Tahitu, R. (2022). Karakteristik Pola Penyakit Pada

Sari, N. P. L. N. I., Mogi, T. I., & Angliadi, E. (2015). Hubungan lama duduk dengan kejadian low back pain pada operator komputer perusahaan travel di Manado. *E-CliniC*, 3(2).

Siahaan, P. B. C., Pane, P. Y., & Rizki, H. (2021). Faktor yang berhubungan dengan keluhan nyeri punggung bawah pada nelayan udang di Belawan Sicangan Medan Belawan. *Jurnal Kesmas Prima Indonesia*, 3(2), 6.

Silitonga, S. S. B., & Utami, T. N. (2021). Hubungan Usia dan Lama Kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada nelayan di keluarahan Belawan II. *PREROTIF Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(2), 926–930.