

# **HUBUNGAN POSISI BEKERJA PETANI LANSIA DENGAN RESIKO TERJADINYA *LOW BACK PAIN* DI DESA CANGKRING KECAMATAN JENGGAWAH KABUPATEN JEMBER**

*Eka Suryaning Tyas*

## *Abstract*

Keselamatan dan kesehatan kerja (K3) adalah program yang dibuat pekerja atau pengusaha sebagai upaya mencegah timbulnya kecelakaan dan penyakit akibat kerja (PAK) dengan mengenali hal-hal yang berpotensi menimbulkan kecelakaan dan penyakit akibat kerja serta tindakan antisipatif terjadinya kecelakaan dan penyakit akibat kerja. Penelitian ini menggunakan menggunakan metode penelitian komparasi, dimana metode ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara variable independen dan variable dependen pada sekelompok subyek. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh petani lansia di wilayah kerja Desa Cangkring Kabupaten Jember yang berjumlah 40 orang. Wilayah kerja Desa Cangkring Kabupaten Jember, hasil yang di dapat yaitu posisi bekerja dengan low back paint sebanyak 14 orang (20,0%), dapat dilihat bahwa posisi bekerja dengan low back paint sebanyak 14 orang (20,0%), sedang kanposisi kerja membungkuk sedang sebanyak 6 orang (8,6%), posisi kerja saat sebanyak 0 orang (0,0%), posisi kerja berdiri dengan risiko kerja 0 orang (0,0%), posisi kerja membungkuk dengan risiko kerja 33 orang (47,1%), sebanyak 3 orang (4,3) posisi kerja petani lansia dengan risiko kerja low back pain sebanyak 10 siswa (14,3%).

Kata kunci : Posisi bekerja, petani lansia, Low back pain.

Daftar Pustaka : 40 ( 1997-2013)

## **PENDAHULUAN**

Data Desa Cangkring tahun 2013. Menunjukkan ada 34 orang warga di Desa Cangkring melaporkan adanya keluhan *Low Back Pain*, dan 34 orang diantaranya bekerja sebagai petani, Pada

saat peneliti melakukan observasi sekaligus wawancara terhadap 34 orang tersebut, peneliti mendapatkan data bahwa para petani tersebut tidak memperhatikan posisi-posisi pada saat bekerja karena bekerja seperti petani-petani pada umumnya.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis di Desa Cangkring Kecamatan Jenggawah Kabupaten Jember pada bulan Oktober 2014, diketahui bahwa jumlah lansia yang bekerja sebagai petani di wilayah Desa Cangkring sebanyak 40 orang, dengan keluhan nyeri *Low Back Pain* 35 orang. Hasil dari wawancara peneliti, dari 40 orang tersebut yang mengalami keluhan *Low Back Pain* tersebut hanya 34 orang yang dikarenakan posisi yang posisi yang kurang tepat (misal: posisi terlalu membungkuk, berjongkok terlalu lama, mengangkat atau memindahkan karung padi maupun beras secara tidak ergonomi), Lansia memiliki jam kerja dan beban kerja yang sama dengan penduduk produktif pada umumnya.

Lansia yang bekerja di sektor informal bekerja mulai pukul 06:00 sampai dengan dengan pukul 16:00. Para lansia harus bekerja 10 jam dalam sehari. Beban kerja lansia juga tidak berbeda dengan masyarakat di usia produktif. Proses degeneratif dan keadaan tidak mendukung yang bersumber dari bidang ekonomi membuat lansia membutuhkan suatu upaya pencegahan untuk menghindari terjadinya penyakit akibat kerja yang muncul pada lansia.

Hasil survei Badan Pusat Statistik (BPS) (2012), dominasi penggunaan lahan di wilayah kota jember adalah kegiatan pertanian yakni seluas 5.099,283 Ha atau 51,47% dari total luas wilayah kota. Tanah perkebunan seluas 1.477,9 Ha atau 14,92%. Perumahan seluas 2.679,655 Ha atau 27,05%. Kolam ikan seluas 1,0 Ha atau 0,01% dan penggunaan tanah lain-lainnya seluas 416,415 Ha atau 4,20%, pertanian dilihat sebagai suatu yang potensial dalam kontribusinya terhadap perekonomian di Indonesia dan juga dinilai dapat memiliki berbagai macam resiko kesehatan dalam pelaksanaan, hal tersebut di karenakan pekerjaan petani masih belum memiliki standart keselamatan kesehatan kerja (K3)

Hasil penelitian Mandayanti (2012), tentang lansia di sektor informal, didapatkan hasil faktor lansia di Indonesia masih bekerja disebabkan oleh adanya kondisi dalam keluarga yang menyangkut keadaan ekonomi keluarga. Hal tersebut meliputi kebutuhan hidup keluarga, faktor ekonomi, penghasilan yang tidak tetap, adanya kesempatan kerja, serta adanya rasa kemandirian dalam diri lansia. Penduduk lanjut usia merasa masih mampu dalam bekerja dan merasa tidak berguna apabila hanya berdiam diri di rumah. Kondisi tersebut

berpengaruh terhadap status kesehatan lansia, sehingga resiko penyakit atau kecelakaan akibat kerja juga semakin tinggi.

Dari paparan diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai Hubungan Posisi Bekerja Petani Lansia Dengan Resiko Terjadinya *Low Back Pain* di wilayah Desa Cangkring Kabupaten Jember. Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi untuk membantu tenaga kesehatan di kecamatan Jenggawah khususnya di Wilayah Desa Cangkring dalam upaya pencegahan dan penanganan penyakit akibat kerja, salah satu contohnya menurunkan resiko terjaadnya *Low Back Pain* pada petani lansia dengan cara peningkatan kesadaran melakukan cara kerja sesuai dengan posisi kerja yang ergonomi. Sehingga dapat memaksimalkan program Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) di Wilayah Desa Cangkring Kabupaten Jember.

### **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti merumuskan masalah “ Apakah ada hubungan posisi bekerja petani lansia dengan resiko terjadinya *Low Back Pain* di wilayah kerja Desa Cangkring ? ”

### **Tujuan Peneliti**

1. Tujuan Umum  
Menganalisis hubungan posisi bekerja petani lansia dengan resiko terjadinya *Low Back Pain* di Wilayah Kerja Desa Cangkring Kecamatan Jenggawah Kabupaten Jember
2. Tujuan Khusus
  - a. Mengidentifikasi posisi bekerja pada petani lansia di wilayah Desa Cangkring Kabupaten Jember
  - b. Menganalisis resiko terjadinya *Low Back Pain* di wilayah Desa Cangkring Kabupaten Jember

### **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian merupakan hasil akhir dari suatu tahap keputusan yang dibuat oleh penelitian berhubung dengan bagaimana suatu konsep diterapkan (Nursalam, tahun 2003).

Dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian komparasi, dimana metode ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara variable independen dan variable dependen pada sekelompok subyek.

Dalam penelitian ini berdasarkan waktu menggunakan cross sectional, yaitu jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran /observasi data

variable indenpenden dan dependen hanya satu kali pada satu saat (Nursalam , tahun 2013). Tiap subyek penelitian hanya diobservasi satu kali saja dan pengukuran variabel diukur dan dianalisa saat pemeriksaan atau pengkajian saja.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh petani lansia di wilayah kerja Desa Cangkring Kabupaten Jember yang berjumlah 40 orang. Wilayah kerja Desa Cangkring Kabupaten Jember

Sampel ini menggunakan kreteria inklusi dan eksklusi yaitu kreteria inklusi

Lansia yang bekerja di sektor pertanian di wilayah Desa Cangkring yang mengalami nyeri punggung bawah dan Bersedia menjadi responden

Untuk Kriteria Esklusi yaitu yang Tidak ada saat penelitian karena sakit atau bepergian dan Tidak koperatif.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian dilakukan pada Tanggal 13 Oktober 2014 sampai dengan 16 Maret 2015 Di Desa Cangkring Kecamatan Jenggawah di dapatkan :

**Tabel 1**  
Distribusi Posisi Berkerja Petani Lansia Resiko Kabupaten Jember

PerilakuMerokok	Frekuensi	Prosentase (%)
Tidak beresiko	13	21,4
Tidak tahu	17	60,0
beresiko	10	18,6
Total	40	100,0

Berdasarkan tabel 5.1 sebagian besar responden mempunyai risiko dalam kategori sedang yaitu 40 (60,0%).

**Tabel 3**  
Tabulasi silang Posisi Berkerja Petani Lansia dengan Resiko Low Back Pain Kabupaten Jember

Posisis petani bekerja	Risiko low back pain			Total	P value	Koofesien Korelasi
	Berat	Sedang	Ringan			
<b>Tidak beresiko</b>	14	6	0	20	0,000	0,882
<b>Presentase</b>	20,0%	8,6%	0,0%	28,6%		
<b>Tidak tahu</b>	0	33	3	36		
<b>Presentase</b>	0,0%	47,1%	4,3%	51,4%		
<b>Beresiko</b>	1	3	10	14		
<b>Presentase</b>	1,4%	4,3%	14,3%	20,0%		

<b>Total</b>	15	42	13	70		
<b>Presentase</b>	21,4%	60,0%	18,6%	100%		

Pada tabel 5.5 dapat dilihat bahwa posisi bekerja dengan low back pain sebanyak 14 orang (20,0%), sedang kanposisi kerja membungkuk sedang sebanyak 6 orang (8,6%), posisi kerja saat sebanyak 0 orang (0,0%), posisi kerja berdiri dengan risiko kerja 0 orang (0,0%), posisi kerja membungkuk dengan risiko kerja 33 orang (47,1%), sebanyak 3 orang (4,3)posisi kerja petani lansia dengan risiko kerja low back pain sebanyak 10 siswa (14,3%).

## PEMBAHASAN

Postur kerja tidak ergonomi merupakan faktor resiko pada terjadinya *musculoskeletal disorder* karena postur kerja tidak ergonomi, otot, tulang, dan sendi kerja berlebihan dapat memberikan tekanan atau gaya untuk mempertahankan keseimbangan posisi tubuh tertentu.

Postur tubuh tidak ergonomi akan meningkatkan resiko terjadinya *musculoskeletal disorder*. Gabungan antar beberapa faktor resiko seperti durasi, frekuensi, intensitas, repetitif, dan adanya intervensi stressor dari lingkungan (Kurniawati, 2009).

Faktor yang berhubungan dengan keluhan nyeri punggung bawah pada pekerja bongkar muat barang pelabuhan nusantara kota pare-pare didapatkan hasil pekerja dengan kategori umur tua (> 40 Tahun) lebih banyak yang positif mengalami nyeri punggung bawah yaitu 95,8% dengan nilai  $p\ value = 0,028$  dan pekerja dengan kategori sikap kerja

ergonomis lebih banyak yang mengalami nyeri punggung bawah yaitu 81,3% dengan nilai  $p\ value = 0.197$  (Nurwahyuni, et al 2012).

Hasil penelitian wongso (2001), tentang analisa resiko ergonomi terhadap timbulnya *low back pain* pada *manual handling* di PT.PENI. Didapatkan hasil *manual handling* menempati porsi yang cukup besar yaitu sebesar 30%. Dan seluruh cedera akibat *manual handling*. Secara umum bentuk cedera akibat pekerjaan *manual handling* sebagian besar berupa gangguan otot rangka (*musculoskeletal disorder*), *sprain* dan *strain* yaitu sebesar 93,7%.

### a. Pedoman posisi kerja berdiri

Posisi yang benar pada saat berdiri adalah dengan tulang belakang yang lurus dan beban dari tubuh terbagi rata pada kedua tungkai. Ukuran tubuh yang penting dalam bekerja dengan posisi badan berdiri adalah tinggi badan pada saat berdiri, tinggi bahu, tinggi siku,

tinggi pinggul, dan panjang lengan. Bekerja dalam posisi berdiri dalam jangka waktu yang lama akan terdapat penumpukan penumpukan darah dan berbagai cairan tubuh pada kaki. Hal tersebut juga akan mengakibatkan enahanan yang kuat pada ligamen pergelangan kaki, dan apabila itu terjadi dalam jangka waktu yang lebih lama lagi maka otot rangka akan mudah mengalami kelelahan (Napitupulu, 2009)

b. Pedoman posisi kerja membungkuk

Posisi membungkuk adalah posisi tubuh dengan tulang belakang melengkung kedepan melebihi batas normal yaitu melebihi 40%. Posisi membungkuk yang tidak ergonomi membuat punggung tegang, hal tersebut dapat menyebabkan gangguan pada region lumbal dan otot-otot punggung dan hampir semua otot lain karena otot juga terlibat dalam posisi ini (Napitupulu, 2009).

c. Pedoman posisi kerja pada saat mengangkat

Posisi yang benar pada saat mengangkat tidak boleh bertumpu pada pinggang karena daerah pinggang sangat memungkinkan terjadinya dislokasi otot yang menyediakan rasa sakit pada pinggang, beban tumpuan

harus pada daerah kaki (betis, lutut, dan paha) yang lebih kuat dari pada pinggang, kesalahan tumpuan yang dilakukan secara terus menerus akan dapat mengakibatkan terjadinya cedera. Beban yang terlalu berat dapat menimbulkan cedera tulang punggung, jaringan otot, dan persendian akibat gerakan yang berlebihan (Napitupulu, 2009).

1. Resiko Ergonomi

Bentuk postur tubuh tidak normal pada saat bekerja adalah pergeseran gerakan tubuh atau anggota gerak yang dilakukan oleh pekerja saat melakukan aktifitas normal bekerja dan dilakukan secara berulang-ulang dalam waktu yang relatif lama. Posisi tubuh yang tidak normal akan menyebabkan gangguan., dalam bentuk cedera pada sistem muskuloskeletal (Sofyan, 2008).

Berdasarkan hasil penelitian posisi bekerja low back pain dalam kategori tidak beresiko 15 orang (21,4%), sedang kanposisi kerja membungkuk sedang sebanyak 6 orang (8,6%).

Keselamatan dan kesehatan kerja (K3) adalah program yang dibuat pekerja atau pengusaha sebagai upaya mencegah timbulnya kecelakaan dan penyakit akibat

kerja (PAK) dengan mengenali hal-hal yang berpotensi menimbulkan kecelakaan dan penyakit akibat kerja serta tindakan antisipatif terjadinya kecelakaan dan penyakit akibat kerja (Lestari,2007).

Ternyata pada penelitian ini hasilnya sesuai dengan pendapat Lestari, 2007 yaitu ada hubungan antara posisi bekerja petani lansia dengan risiko terjadinya low back pain.

Berdasarkan uji statistic *Pearson* diperoleh nilai  $r = 0,882$ , yang berarti ada hubungan posisi bekerja petani lansia dengan risiko terjadinya low back pain 88% dengan *P value* sebesar 0,000. Karena *P value*  $< 0,05$  maka dapat disimpulkan  $H_1$  diterima  $H_0$  di tolak yang artinya hubungan posisi bekerja petani lansia dengan risiko terjadinya low back pain..

#### **KETERBATASAN PENELITIAN**

Tidak dilakukan uji validitas ulang setelah dilakukan revisi kuesionernya, sehingga ada kemungkinan tidak valid lagi

#### **IMPLIKASI**

#### **KEPERAWATAN**

#### **UNTUK**

Hasil penelitian ini dapat diterapkan pada penduduk khususnya petani hubungan posisi bekerja petani lansia dengan risiko terjadinya low back pain.

Selain itu perawat sebagai pendidik diharapkan paham dan mengerti k3 di masyarakat itu masih kurang dan bisa di atasi dengan cara memberikan penyuluhan.

Pada ilmu keperawatan dalam penelitian ini sangat berrguna karena dapat memberikan masukan bagi pengembangan ilmu keperawatan komunitas terutama dalam memberikan asuhan keperawatan kcommunity pada kelompok petani lansia.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan menunjukkan sebagian besar posisi bekerja dengan low back pain sebanyak 14 orang(20,0%), sedang kanposisi kerja membungkuk sedang sebanyak 6 orang (8,6%), posisi kerja saat sebanyak 0 orang (0,0%), posisi kerja berdiri dengan risiko kerja 0 orang (0,0%), posisi kerja membungkuk dengan risiko kerja 33 orang (47,1%), sebanyak 3 orang (4,3)posisi kerja petani lansia dengan

risiko kerja low back pain sebanyak 10 siswa (14,3%).

Ada hubungan posisi bekerja petani lansia dengan resiko terjadinya low back pain di desa cangkring kecamatan jenggawah kabupaten jember.p

### **SARAN**

1. Untuk Peneliti selanjutnya  
Supaya lebih memperluas faktor yang mempengaruhi terjadinya low back pain
2. Para pendidik supaya memberikan perhatian lebih dalam bimbingan konseling supaya bisa berkurang dan tau caranya posisi yang benar supaya tidak terjadi low baick pain.
3. Untuk Instansi keperawatan  
Dapat dijadikan acuan dalam pendidikan kesehatan untuk menekan jumlah low back pain.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Hurlock, B. Elizabeth. (2003). *Psikologi Perkembangan Suatu pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan Edisi 5*, Jakarta: Erlangga

Mu'tadin, Z. (2002). Kemandirian Sebagai Kebutuhan Psikologis Pada lansia. <http://www.e-psikologi.com/remaja.050602>.

Diakses tanggal 17 mei 2013

Notoatmodjo, S, 2007. Pengembangan Sumber Daya Manusia. PT Rineka Cipta,

Santoso, Slamet, 2004, Dinamika Kelompok, Jakarta: Bumi Aksara

Santrock, W. John. (2003). *Adolescence Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga.

Sarwono,. (2006), *Psikologi petani*. Jakarta: Rajawali Pers.

Sitepoe, M, 1997. Low back pain Cetakan I. Penerbit PT Gramedia Widiasarana Indonesia, Jakarta.

Soerjono Soekanto 1997, Sosiologi; Suatu Pengantar, Jakarta: Universitas Indonesia

World Health Organization. (2001). *Smoking Behavior* (2001). <http://WHO.Int>. Diakses pada tanggal 3maret 2013