

SKRIPSI

**HUBUNGAN POSISI DUDUK DAN LAMA KERJA DENGAN
KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PARA PENJAHIT
DI DUSUN PANTI GEDE TAHUN 2020**



Oleh :

MARIA DESITA PUTRI ARIPIN
NIM. P07133216028

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KESEHATAN LINGKUNGAN
DENPASAR
2020**

SKRIPSI

**HUBUNGAN POSISI DUDUK DAN LAMA KERJA DENGAN
KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PARA PENJAHIT
DI DUSUN PANTI GEDE TAHUN 2020**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sanitasi Lingkungan
Program Sarjana Terapan
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar

Oleh :

MARIA DESITA PUTRI ARIPIN

NIM. P07133216028

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KESEHATAN LINGKUNGAN
DENPASAR
2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**HUBUNGAN POSISI DUDUK DAN LAMA KERJA DENGAN
KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PARA PENJAHIT
DI DUSUN PANTI GEDE TAHUN 2020**

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



I Wawan Suarta Asmara, BE, SST, M.Si
NIP. 195705181980071001


Pembimbing Pendamping :



I Ketut Arvana, BE, SST, M.Si
NIP. 196212311981021005

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KESEHATAN LINGKUNGAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**



I Wawan Saji, S.KM, M.Si
NIP. 196404041986031008

SKRIPSI DENGAN JUDUL:

**HUBUNGAN POSISI DUDUK DAN LAMA KERJA DENGAN
KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PARA PENJAHIT
DI DUSUN PANTI GEDE TAHUN 2020**

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : Rabu

TANGGAL : 13 Mei 2020

TIM PENGUJI :

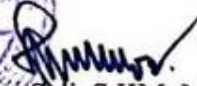
- 1 I Wayan Suarta Asmara, BE,SST, M.Si
- 2 I Wayan Jana, SKM., M.Si
- 3 M. Choirul Hadi, SKM., M.Kes

()
()
()

MENGETAHUI

**KETUA JURUSAN KESEHATAN LINGKUNGAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR**




I Wayan Saji, S.KM.,M.Si
NIP. 196404041986031008

***CORRELATION OF SITTING POSITION AND LENGTH OF WORK WITH
COMPLAINTS OF LOW BACK PAIN OF TAILORS
IN PANTI GEDE VILLAGE IN 2020***

ABSTRACT

Sewing is a job that has been occupied by both individuals and business convection. The purpose of this study was to determine the relationship of sitting position and length of work with complaints of low back pain in tailors in Panti Gede Hamlet in 2020. This type of research is analytic correlation with a sample of 50 tailors. Data collection techniques in this study in the form of interviews and using questionnaire sheets. Based on the results of the chi square test of sitting position and length of work with complaints of low back pain obtained $p = 0,000$ at $\alpha = 0.05$ with the coefficient of contingency (CC) sitting position is 0.490 (moderate) and the coefficient of contingency (CC) length of work is 0.616 (strong). These results statistically show that there is a relationship between sitting position and length of work with complaints of pain under the tailors in the Panti Gede Village in 2020.

Keywords: sitting position, length of work, NPB

HUBUNGAN POSISI DUDUK DAN LAMA KERJA DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PARA PENJAHIT DI DUSUN PANTI GEDE TAHUN 2020

ABSTRAK

Menjahit merupakan pekerjaan yang telah ditekuni baik individu maupun usaha konveksi. Tujuan penelitian ini dilakukan adalah untuk mengetahui hubungan posisi duduk dan lama kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah para penjahit di Dusun Panti Gede tahun 2020. Jenis penelitian ini merupakan analitik korelasi dengan sampel sebanyak 50 orang penjahit. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini berupa wawancara dan menggunakan lembar kuesioner. Berdasarkan hasil uji *chi square* posisi duduk dan lama kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah didapatkan $p = 0,000$ pada $\alpha = 0,05$ dengan nilai *coefficient contingency* (CC) posisi duduk adalah 0,490 (sedang) dan nilai *coefficient contingency* (CC) lama kerja adalah 0,616 (kuat). Hasil ini secara statistik menunjukkan ada hubungan antara posisi duduk dan lama kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah para penjahit di Dusun Panti Gede Tahun 2020.

Kata Kunci : Posisi duduk, Lama Kerja, NPB

RINGKASAN PENELITIAN
HUBUNGAN POSISI DUDUK DAN LAMA KERJA DENGAN
KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PARA PENJAHIT
DI DUSUN PANTI GEDE TAHUN 2020

Oleh : Maria Desita Putri Aripin

Ergonomi merupakan ilmu pengetahuan yang mempelajari masalah manusia dalam kaitan dengan pekerjaannya. Alat kerja dan lingkungan fisik yang tidak sesuai dengan kemampuan alamiah tenaga kerja akan menyebabkan hasil kerja tidak optimal, bahkan berpotensi menimbulkan keluhan kesehatan dan penyakit akibat kerja. Kelelahan akibat kerja dapat disebabkan oleh faktor internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi faktor fisik, usia, jenis kelamin, gizi, atau gaya hidup. Sedangkan faktor eksternal dapat meliputi lingkungan tempat kerja (kebisingan, suhu, kelembaban, dan pencahayaan), organisasi kerja (waktu kerja, jam istirahat, dan psikososial) maupun faktor ergonomi (sikap kerja paksa serta gerakan yang berulang). Posisi kerja yang tidak alamiah atau tidak ergonomis akan menimbulkan kontraksi otot secara isometris (melawan tahanan) pada otot-otot utama yang terlibat dalam pekerjaan, sedangkan otot-otot punggung akan bekerja keras menahan beban anggota gerak atas yang sedang melakukan pekerjaan. Menjahit merupakan pekerjaan yang telah ditekuni baik individu maupun usaha konveksi. Hasil dari studi yang dilakukan terhadap 9.482 pekerja di 12 kabupaten/kota di Indonesia, pada umumnya berupa penyakit Muskuloskeletal 16%, menunjukkan bahwa ada hubungan yang cukup kuat $r = 0,439$ dan signifikan dengan nilai $p = 0,019$ antara postur kerja dengan keluhan

Muskuloskeletal. Berdasarkan hasil wawancara awal terhadap 10 orang penjahit di Dusun Panti Gede, 10 dari mereka merasakan keluhan pada sistem musculoskeletal terutama di bagian punggung ke bawah. Penjahit dalam saat bekerja melakukan posisi duduk yang cukup lama, kurang lebih 4-8 jam per hari dan dilakukan terus menerus demi memenuhi target.

Berdasarkan permasalahan diatas, penulis ingin melakukan penelitian untuk mengidentifikasi hubungan posisi duduk dan lama kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah para penjahit di Dusun Panti Gede tahun 2020. Jenis penelitian ini merupakan analitik korelasi dengan metode *Cross Sectional* dimana peneliti melakukan observasi atau pengukuran variabel independen dan dependen hanya satu kali pada satu saat. Besarnya sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan teknik total sampling yaitu 50 orang penjahit. Cara pengumpulan data dalam penelitian ini berupa wawancara dengan menggunakan lembar kuesioner. Teknik pengolahan data dalam penelitian ini yaitu editing, *coding* dan tabulasi.

Berdasarkan hasil analisis uji *Chi Square* terhadap hubungan posisi duduk dengan nyeri punggung bawah, didapatkan $p = 0,000$ pada $\alpha = 0,05$. Untuk mengetahui besarnya hubungan antara variable tersebut, dilakukan perhitungan *coefficient contingency* (CC) dan didapatkan hasil 0,490 (sedang). Hasil ini secara statistik menunjukkan ada hubungan antara posisi duduk dengan keluhan nyeri punngung bawah para penjahit di Dusun Panti Gede Tahun 2020. Berdasarkan hasil analisis uji *Chi Square* terhadap lama kerja dengan nyeri punggung bawah, didapatkan $p = 0,000$ pada $\alpha = 0,05$. Untuk mengetahui besarnya hubungan antara variable tersebut, dilakukan perhitungan *coefficient contingency* (CC) dan didapatkan hasil 0,616 (kuat). Hasil ini

secara statistik menunjukkan ada hubungan antara lama kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah para penjahit di Dusun Panti Gede Tahun 2020.

Berdasarkan data tersebut, maka peneliti menyarankan bagi penjahit dalam melakukan kegiatan menjahit diharapkan merubah stasiun kerja/area yang digunakan penjahit untuk bekerja dengan mengganti kursi kerja yang menggunakan bantalan punggung atau sandaran pada kursi, istirahat teratur selama 15-20 menit setiap 2 jam kerja serta melakukan peregangan atau relaksasi dan meningkatkan kebugaran jasmani dengan berolahraga teratur agar terhindar dari keluhan nyeri punggung bawah. Bagi peneliti selanjutnya yang akan mengambil penelitian yang sama atau sejenis dengan penelitian ini maka diharapkan mampu mengontrol faktor pemicu lainnya seperti kondisi lingkungan kerja.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Hubungan Posisi Duduk Dan Lama Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Para Penjahit Di Dusun Panti Gede Tahun 2020”** dengan baik dan tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan program studi sanitasi lingkungan program sarjana terapan.

Penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan bukan hanya karena usaha penulis sendiri melainkan berkat bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak, untuk itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP.,MPH, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
2. Bapak I Wayan Sali, S.KM, M.SI, selaku Ketua Jurusan Kesehatan Lingkungan.
3. Bapak I Wayan Suarta Asmara, BE,SST, M.Si, selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah memberikan petunjuk, koreksi, saran dan masukan, serta bimbingan hingga skripsi ini dapat diselesaikan.
4. Bapak I Ketut Aryana, BE, SST, M.Si, selaku Dosen Pembimbing Pendamping yang telah memberikan petunjuk, koreksi, saran dan masukan, serta membimbing hingga skripsi ini dapat diselesaikan.
5. Kepala Dusun Panti Gede, yang telah mengizinkan penulis melakukan penelitian serta membantu dalam memberikan data yang penulis perlukan.

Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang turut membantu dalam proses penyusunan skripsi ini. Tidak lupa juga kepada mama, papa, kakak, adik

dan seluruh keluarga serta teman-teman yang telah menjadi motivasi, memberi dorongan dan semangat untuk dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, hal ini dikarenakan masih banyak keterbatasan pengetahuan dan pengalaman yang penulis miliki. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini, sehingga nantinya dapat bermanfaat bagi pembaca.

Denpasar, Mei 2020

Penulis

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Maria Desita Putri Aripin

NIM : P07133216028

Program Studi : Sanitasi Lingkungan Program Sarjana Terapan

Tahun Akademik : 2019/2020

Alamat : Jl. Mandalasari Gang 1F No. 13 X, Denpasar Timur.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas akhir dengan judul Hubungan Posisi Duduk Dan Lama Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Para Penjahit Di Dusun Panti Gede Tahun 2020 adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No.17 Tahun 2019 dan ketentuan perundang – undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 20 Mei 2020

Yang membuat Pernyataan



Maria Desita Putri Aripin
P07133216028

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	
HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
ABSTRACT	iv
ABSTRAK	v
RINGKASAN PENELITIAN	vi
KATA PENGANTAR	ix
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Ergonomi	6
B. Posisi Duduk	11
C. Lama Kerja	13
D. Nyeri Punggung Bawah	14
BAB III KERANGKA KONSEP	
A. Kerangka Konsep	24
B. Variabel dan Definisi Operasional	25

C. Hipotesis Penelitian	27
BAB IV METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	29
B. Alur Penelitian	29
C. Tempat dan Waktu Penelitian	29
D. Populasi dan Sampel	30
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	30
F. Pengolahan dan Analisis Data	31
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil	35
B. Pembahasan	39
C. Kelemahan Penelitian	44
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	45
B. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN	

DAFTAR SINGKATAN

K3	: Kesehatan dan Keselamatan Kerja
LBP	: <i>Low Back Pain</i>
NPB	: Nyeri Punggung Bawah
CC	: <i>Coefficient Contingency</i>
Ho	: Hipotesis nol
Ha	: Hipotesis alternative
Sig.	: Signifikan
OSHA	: <i>Occupational Safety and health Administration</i>

DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
1	Definisi Operasional Variabel	27
2	Interprestasi <i>Coefficient Contingency</i> (CC).....	34
3	Penilaian Responden Berdasarkan Kategori Posisi Duduk	36
4	Penilaian Responden Berdasarkan Kategori Lama Kerja	36
5	Penilaian Responden Berdasarkan Kategori Keluhan Nyeri Punggung Bawah	37
6	Hubungan Posisi Duduk dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Para Penjahit.....	38
7	Hubungan Lama Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Para Penjahit.....	39

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
1	Ruas Tulang Belakang	16
2	Tulang Punggung Bawah	17
3	Kerangka Konsep	24
4	Hubungan Antar Variabel	26

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran

1. Peta Lokasi Desa Pemogan
2. Surat *Ethical Approval* (Perihal : Persetujuan Etik)
3. Surat Pemerintah Provinsi Bali Dinas Penanaman Modal Dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu (Perihal : Rekomendasi)
4. Surat Pemerintah Kota Denpasar Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik (Perihal : Ijin Penelitian)
5. Surat Pemerintah Kota Denpasar Kecamatan Denpasar Selatan Perbekel Desa Pemogan (Perihal : Ijin Penelitian)
6. Kuesioner Posisi Duduk dan Nyeri Punggung Bawah
7. Hasil Kuisisioner Pengambilan Data
8. Hasil Pengolahan Data Posisi Duduk Dengan Nyeri Punggung Bawah
9. Hasil Pengolahan Data Lama Kerja Dengan Nyeri Punggung Bawah
10. Dokumentasi Hasil Kegiatan