

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Nyeri punggung bawah didefinisikan sebagai nyeri yang berlangsung setidaknya satu hari dengan atau tanpa nyeri menjalar ke salah satu atau kedua tungkai bawah di area aspek posterior tubuh mulai dari batas bawah tulang rusuk ke-12 hingga lipatan gluteal bawah. Nyeri punggung bawah dapat didefinisikan sebagai nyeri, *muscle tension*, atau kekakuan terlokalisir dibawah batas *costae* (iga), dan di lipatan gluteal (bokong) dengan atau tanpa sakit tungkai (*sciatica*). Nyeri punggung bawah disebut akut apabila berlangsung kurang dari 6 minggu, sub akut antara 6 minggu sampai 3 bulan, dan kronis apabila lebih dari 3 bulan. Kejadiannya dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk beban berat yang menyebabkan cedera pada otot-otot yang berperan dalam menjaga keseimbangan tubuh, iritasi pada diskus intervertebralis, atau tekanan pada diskus yang keluar diantara vertebra dan mempengaruhi saraf. Nyeri punggung bawah seringkali dianggap sebagai gejala nyeri yang terjadi pada punggung bagian bawah serta merupakan kejadian muskuloskeletal yang berhubungan dengan pekerjaan.¹⁻⁴

Nyeri punggung bawah dapat berkaitan dengan beberapa faktor risiko, seperti usia, jenis kelamin, indeks massa tubuh, gaya hidup, aspek psikososial, dan jenis pekerjaan. Aktivitas yang memerlukan kekuatan fisik atau menghasilkan getaran pada seluruh tubuh, lamanya posisi duduk yang

statis, serta durasi kerja yang panjang, dapat meningkatkan risiko terjadinya nyeri pada punggung bagian bawah.⁵⁻⁸ Gangguan muskuloskeletal disebabkan dan diperparah oleh pekerjaan, lingkungan kerja dan kinerja serta dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor dimulai dengan kejadian nyeri, perih, mati rasa, kesemutan, bengkak, kaku, gemetar, gangguan tidur dan rasa terbakar. Tempat kerja yang kurang nyaman menyebabkan pekerja lebih cepat lelah sehingga mempunyai tanggung jawab yang lebih besar.⁹

Berkembangnya sebuah negara berdampak pada peningkatan tuntutan produktivitas di berbagai sektor usaha, efisiensi bekerja seorang pekerja dalam menjalankan tugasnya dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti tingkat pendidikan, motivasi kerja, budaya kerja, aspek mental, dan kondisi fisik. Salah satu kendala umum yang dapat mengurangi kemampuan fisik seorang pekerja adalah nyeri punggung bawah. Sarana transportasi publik atau angkutan umum merupakan kebutuhan pokok penduduk Indonesia yang sangat penting. Selain menjadi sarana yang praktis dan efisien, transportasi publik juga tersedia dengan mudah di berbagai lokasi sehingga menjadikan taksi sebagai salah satu alternatif transportasi yang efisien.¹⁰

Pekerjaan yang melibatkan keahlian mengemudi seperti pengemudi taksi, menuntut pekerjanya untuk mempertahankan posisi duduk dalam waktu yang lama, yang dapat meningkatkan risiko mengalami masalah muskuloskeletal. Gangguan fisik seperti nyeri punggung bawah sangat erat kaitannya dengan beberapa jenis pekerjaan, termasuk profesi pengemudi,

yang menuntut kemampuan untuk duduk dalam durasi yang cukup lama. Hal ini dapat berdampak pada kemampuan seorang pengemudi untuk bekerja dan akibatnya berpengaruh pada performa bekerja.

Bekerja dalam posisi tetap atau tidak berubah, baik berdiri maupun duduk, untuk jangka waktu yang lama dapat menyebabkan ketidaknyamanan, bahkan nyeri punggung bawah yang disebabkan oleh cenderung berusaha menjaga keseimbangan tubuh yang pada akhirnya dapat mengakibatkan beban statis pada otot-otot punggung dan kaki serta penumpukan darah pada bagian bawah tubuh. Hal ini utamanya terjadi pada pekerjaan yang mengharuskan untuk mempertahankan posisi duduk dalam waktu yang lama yaitu lebih dari 5 jam per hari.⁸

Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 44 Tahun 1993 dan Undang-Undang No. 22 Tahun 2009 menetapkan bahwa pengemudi kendaraan umum bekerja 8 jam sehari, sedangkan sopir transportasi umum rata-rata bekerja 8-12 jam sehari. Pengemudi yang telah mengemudikan kendaraan selama 4 jam berturut-turut harus memiliki waktu istirahat sekurang-kurangnya setengah jam.^{9,11} Penelitian menunjukkan bahwa faktor risiko pekerjaan terhadap tingkat kejadian nyeri punggung bawah lebih terkait dengan pekerjaan yang mengharuskan seseorang mempertahankan posisi duduk lebih dari 5 jam setiap hari.³

Prevalensi nyeri punggung bawah meningkat seiring bertambahnya usia. Berdasarkan *Global Burden of Disease Study 2021*, prevalensi nyeri punggung bawah pada klasifikasi kelompok usia menurut *World Health*

Organization (WHO) yaitu kelompok usia dewasa dimulai dari usia 25-64 tahun adalah 15,2% meningkat menjadi 25,1% pada kelompok lansia yang berusia 65 tahun ke atas.^{12,13} Menurut WHO, gangguan muskuloskeletal akibat pekerjaan menempati urutan kedua dan memberikan kontribusi terbesar terhadap penurunan produktivitas perusahaan.¹⁴ Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa prevalensi penyakit muskuloskeletal berdasarkan diagnosis dokter di Indonesia 7,3%. Sebanyak 13 provinsi memiliki lebih banyak kasus penyakit sendi daripada jumlah total kasus di seluruh Indonesia.¹⁵

Berdasarkan pembahasan di atas, peneliti memilih topik ini karena tuntutan pekerjaan yang tinggi di negara berkembang dan maju dapat menyebabkan masalah kesehatan, termasuk gangguan muskuloskeletal yang menduduki peringkat kedua, terutama nyeri punggung bagian bawah.²

1.2. Rumusan Masalah

Penelitian tentang hubungan durasi berkendara dengan kejadian nyeri punggung bawah pada pengemudi transportasi umum sebelumnya sudah pernah dilakukan beberapa kali di Indonesia dengan beberapa hasil penelitian menyatakan terdapat hubungan antara durasi berkendara dengan kejadian nyeri punggung bawah, namun ada juga yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara durasi berkendara dengan kejadian nyeri punggung bawah. Oleh karena itu, berdasarkan pembahasan di atas peneliti ingin melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara durasi

berkendara dan usia dengan kejadian nyeri punggung bawah khususnya pada pengemudi taksi X.

1.3. Pertanyaan Penelitian

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan terkait antara durasi berkendara dengan kejadian nyeri punggung bawah pada pengemudi taksi X?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan terkait antara usia dengan kejadian nyeri punggung bawah pada pengemudi taksi X?

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

Tujuan umum pada penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara durasi berkendara dan usia dengan kejadian nyeri punggung bawah pada pengemudi taksi X.

1.4.2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini, diantaranya:

1. Mendeskripsikan usia pengemudi taksi X.
2. Mengetahui durasi berkendara pada pengemudi taksi X.
3. Menganalisis hubungan antara durasi berkendara dengan derajat disabilitas kejadian nyeri punggung bawah pada pengemudi taksi X.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Akademik

1. Meningkatkan pengetahuan dalam bidang kedokteran mengenai hubungan antara durasi berkendara dan usia dengan kejadian nyeri punggung bawah pada pengemudi taksi X.
2. Memberikan landasan pengetahuan untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

1.5.2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis pada penelitian ini, diantaranya:

1. Meningkatkan pemahaman mengenai potensi risiko penyakit yang dapat timbul akibat pekerjaan, terutama nyeri punggung bawah.
2. Menganalisis hubungan potensi risiko penyakit yang dapat timbul akibat pekerjaan dengan beberapa faktor, seperti durasi berkendara dan usia.
3. Meningkatkan pengetahuan mengenai pentingnya membatasi durasi berkendara sebagai upaya mencegah kejadian nyeri punggung bawah.