

## HUBUNGAN LAMA KERJA DAN MASA KERJA DENGAN KEJADIAN LBP PADA PETANI KARET

Sri Wahyuningsih Herawati<sup>1</sup>, Cicilia Nony Ayuningsih Bratajaya<sup>2</sup>

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus

Email: [cicilia.bratajaya@gmail.com](mailto:cicilia.bratajaya@gmail.com)

### ABSTRAK

*Low Back Pain (LBP)* merupakan gangguan muskuloskeletal yang banyak dikeluhkan oleh petani karet. Kegiatan seperti membungkuk, mengangkat, bekerja dengan posisi tubuh yang salah dan mempertahankannya dalam jangka waktu yang lama merupakan faktor terjadinya penyakit akibat kerja yang disebabkan LBP. Kesehatan kerja petani karet perlu mendapatkan perhatian agar tercapai produktivitas kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan lama kerja dan masa kerja dengan kejadian LBP pada petani karet. Studi kuantitatif ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, melibatkan 126 petani karet di Kecamatan Megang Sakti. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner, dan uji statistik menggunakan *Kendals Tau-b*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar petani karet di Kecamatan Megang Sakti bekerja  $\geq 10$  tahun yaitu sebesar 68,3% (86 petani), sebanyak 60,3% (76 petani) bekerja  $< 5$  jam per hari dan sebanyak 48,4% (61 petani) mengeluh LBP akut dan 51,6% (65 petani) mengeluh LBP kronik. Analisa bivariat menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara masa kerja ( $p$ -Value = 0,010) dan lama kerja ( $p$ -Value = 0,002) dengan kejadian LBP. Untuk itu diperlukan peningkatan usaha preventif kesehatan kerja terkait posisi tubuh yang tepat saat bekerja pada petani karet yang memiliki masa kerja dan lama kerja yang panjang.

**Kata kunci:** LBP, kesehatan kerja, petani karet

### ABSTRACT

*Low Back Pain (LBP)* is a musculoskeletal disorder that disturbing of many rubber farmers. The activities such as bending, lifting, working for long periods of time are factors that occurrence of LBP one of work related illness. Healthy working among rubber farmers needs to be concerned due to enhance productivity. The purpose of this study was to determine the relationship of length of work and length of employment with the occurrence of LBP. This quantitative study using cross sectional design. This study involved 126 rubber farmers by using purposive sampling technique. The results showed that 48.4% (61 farmers) complained of acute LBP and 51.6% (65 farmers) complained of chronic LBP. Bivariate analysis was used kendall tau-b, it showed there was a significant relationship between length of employment ( $p$ -Value = 0,010) and length of work ( $p$ -Value = 0,002) with the occurrence of LBP. To conclude, it is necessary to increase LBP preventive as occupational health programs related to proper body position when working for rubber farmers who have long working hours.

**Keywords:** LBP, occupational health, rubber farmers

## LATAR BELAKANG

*Low Back Pain* (LBP) atau Nyeri Punggung Bawah (NPB) merupakan rasa nyeri, ketegangan otot, atau rasa kaku di daerah pinggang yaitu dipinggir bawah iga sampai lipatan bawah bokong, dengan atau tanpa disertai penjaralan rasa nyeri ke daerah tungkai (Rina, Hansen, & Ferry, 2016). LBP sangat banyak dikeluhkan oleh pekerja. *World Health Organisation* (2017) menyatakan dari 9 kasus penyakit akibat kerja dan kecelakaan akibat kerja yang diteliti sebagian besar atau 37% diantaranya disebabkan oleh LBP. Angka kejadian penderita penyakit muskuloskeletal tertinggi menurut pekerjaan adalah petani (Kemenkes, 2013). Selain itu penelitian yang dilakukan Kaur (2015) menunjukkan bahwa dari 70 petani yang bekerja di wilayah UPT Kesmas Gianyar, sebanyak 68,6% (48 orang) responden mengeluh LBP dimana lama kejadian masa kerja ditemukan sebagai salah satu faktor resiko LBP. Aktivitas fisik, gerakan mengangkat secara berulang dan durasi pekerjaan menjadi pemicu yang sering dijumpai dari LBP (Andini, 2015).

LBP disebabkan oleh salah satu dari banyak masalah muskuloskeletal, termasuk ketegangan lumbosakral akut, ligamen lumbosakral yang tidak stabil, dan otot yang lemah, osteoarthritis tulang belakang, stenosis spinal, masalah diskus intervertebral, dan panjang tungkai yang tidak sama (Brunner & Suddarth's, 2014). Smeltzer (2016) membagi *low back pain* menjadi 2: (1) *Low Back Pain* Akut, telah dirasakan kurang dari 3 bulan, (2) *Low Back Pain* Kronik, telah dirasakan lebih dari 3 bulan dan berulang. Banyak hal yang dapat menyebabkan *low back pain*, baik secara posisi anatomis maupun karena proses patologisnya, baik secara mekanik atau non-mekanik (Yuliana, 2011). Penggunaan otot yang berlebihan dapat terjadi pada saat tubuh dipertahankan dalam posisi statik atau postur yang salah untuk jangka waktu yang cukup lama. Untuk mempertahankan postur tubuh yang normal atau melakukan aktivitas yang dapat menimbulkan beban mekanik yang berlebihan pada otot-otot punggung bawah maka otot-otot di daerah punggung akan berkontraksi. Contoh kegiatan yang dapat memperberat otot punggung adalah mengangkat beban yang berat dengan posisi yang salah (lutut lurus dengan tubuh membungkuk dan jarak beban ketubuh cukup jauh).

Indonesia menempati posisi kedua penghasil karet dunia setelah Thailand. Sebagai produsen karet terbesar kedua dunia, jumlah suplai karet Indonesia penting bagi pasar dunia (Indonesia *Investment*, 2018). Keadaan ini membuat petani karet harus memenuhi kondisi pasar. Secara umum pekerjaan petani karet terdiri dari beberapa tugas utama seperti penyadapan, penggumpulan dan penimbangan (Ulfah, Thamrin, & Natanael, 2015). Mengangkat beban berat, gerakan memutar dan membungkuk adalah sikap kerja yang sering kali dilakukan oleh petani karet. Sikap kerja yang tidak alamiah pada petani karet ini dikhawatirkan beresiko tinggi terhadap keluhan muskuloskeletal.

Penelitian yang dilakukan oleh Udom, Janwantanakul, & Kanlayanaphotporn (2016) salah satunya mengidentifikasi hubungan antara faktor pekerjaan dengan kejadian LBP pada petani karet, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dari 433 petani karet yang diteliti prevalensi petani yang mengalami LBP selama 12 bulan sebesar 55,7% dan 33% petani karet sedang mengalami LBP.

Selain itu, penelitian yang dilakukan Syuhada, Suwondo, & Setyaningsih (2018) dalam penelitiannya terkait faktor LBP pada pemetik teh di Ciater Kabupaten Subang mengatakan bahwa masa kerja >10 tahun mempunyai risiko 3,2 kali lebih besar mengalami LBP dibandingkan masa kerja ≤10 tahun. Faktor yang paling dominan yang

mempengaruhi LBP secara bersama-sama yaitu masa kerja, dengan nilai probabilitas sebesar 68%.

Provinsi Sumatera Selatan, Kabupaten Musi Rawas, Kecamatan Megang Sakti terdiri dari beberapa Desa atau Kelurahan, meliputi: Megang Sakti I sampai dengan Megang Sakti V. Kecamatan Megang Sakti merupakan kecamatan dengan mayoritas pekerjaan penduduknya adalah petani karet dengan luas perkebunan 8243 hektar dan terdapat 5377 Kartu Keluarga (KK) yang bekerja sebagai petani karet (BPS, 2017).

Hasil wawancara terhadap petani karet di Kecamatan Megang Sakti III, didapatkan hasil bahwa petani karet pernah mengalami nyeri punggung bawah dengan selama tiga sampai enam bulan terakhir, dan ada pula yang mengalami nyeri di bagian punggung bawah dan pinggang tetapi tidak dapat mengidentifikasi secara jelas apakah yang diderita nyeri punggung bawah atau sakit pinggang. Petani karet di Desa Megang Sakti III menganggap LBP sebagai akibat dari pekerjaan yang berat dan banyak menggunakan tenaga fisik tetapi hal tersebut tetap dilakukan karena perkebunan karet merupakan satu-satunya sektor pertanian yang menjanjikan dan memiliki keuntungan yang lebih besar dibandingkan dengan petani padi dan palawija. Apabila sewaktu-waktu LBP menyerang, petani karet mengobatinya dengan cara sederhana seperti mengolesi punggung dengan air jahe dan pergi ke Puskesmas.

*Occupational Health Nursing* (OHN) atau Perawat kesehatan kerja memiliki peran aktif dalam upaya pencegahan, penyelidikan dan pengobatan penyakit dan cedera di tempat kerja (EveryNurse.Org, 2018). Perawat kesehatan kerja sering kita temukan di rumah sakit, poliklinik bahkan perusahaan-perusahaan. Pendekatan Perawatan Kesehatan dan Keselamatan Kerja (PK3) berbasis *agricultural nursing* di puskesmas bertujuan untuk peningkatan pelayanan kesehatan kerja yang lebih diarahkan pada partisipasi masyarakat (Susanto, Purwandari, & Wuryaningsih, 2016). Pendekatan ini diharapkan dapat memenuhi kebutuhan untuk membentuk atau mendirikan unit perawatan kesehatan yang secara khusus bersifat promotif dan preventif melalui pendekatan asuhan keperawatan di komunitas pada kelompok khusus pekerja yaitu petani yang saat ini belum ada.

Berdasarkan latar belakang masalah yang sedang dihadapi, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan lama kerja dan masa kerja dengan kejadian LBP pada petani karet di Kecamatan Megang Sakti - Sumatera Selatan diharapkan dengan penelitian ini kejadian LBP dapat semakin dicegah.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif korelasi dengan desain *cross-sectional* yang bertujuan untuk mengetahui hubungan masa kerja dan lama kerja dengan kejadian LBP pada Petani Karet di Kecamatan Megang Sakti Sumatera Selatan yang dilakukan pada bulan Februari tahun 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah petani karet yang memiliki keluhan LBP di Desa Megang Sakti III, Kecamatan Megang Sakti pada populasi 185 orang, dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*. Penentuan jumlah sampel dihitung dengan rumus *Slovin*, sehingga didapat jumlah responden sebanyak 126 orang. Untuk menganalisis hubungan masa kerja dan lama kerja dengan kejadian LBP menggunakan uji statistik *Kendall Tau-b*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### 1. Analisis univariat

Analisis univariat digunakan untuk mengetahui gambaran distribusi frekuensi dan persentase variabel independen. Penelitian ini melibatkan 126 petani karet di Desa Megang Sakti III. Hasil penelitian univariat pada variabel masa kerja dan lama kerja ditunjukkan pada tabel dibawah ini:

##### a. Masa Kerja

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Masa Kerja pada**  
**Petani Karet di Kecamatan Megang Sakti III 2019**

Masa Kerja	Frekuensi	%
1. < 10 tahun	40	31,7
2. ≥ 10 tahun	86	68,3
<b>TOTAL</b>	<b>126</b>	<b>100</b>

**Tabel 1** menunjukkan bahwa sebagian besar petani karet di Kecamatan Megang Sakti bekerja lebih dari atau sama dengan 10 tahun yaitu berjumlah 86 responden (68,3%). Sedangkan, petani karet yang memiliki masa kerja kurang dari 10 tahun berjumlah 40 responden (31,7%).

##### b. Lama Kerja

**Tabel 2**  
**Distribusi Frekuensi Berdasarkan Lama Kerja pada**  
**Petani Karet di Kecamatan Megang Sakti III 2019**

Lama Kerja	Frekuensi	%
1. < 5 jam	76	60,3
2. ≥ 5 jam	50	39,7
<b>TOTAL</b>	<b>126</b>	<b>100</b>

**Tabel 2** menunjukkan bahwa sebagian besar petani karet di Kecamatan Megang Sakti bekerja kurang dari 5 jam yaitu berjumlah 76 responden (60,3%). Namun, terdapat 50 responden (39,7%) petani karet yang memiliki lama kerja lebih dari sama dengan 5 jam.

##### c. Prevalensi Kejadian LBP

**Tabel 3**  
**Prevalensi Kejadian LBP pada**  
**Petani Karet di Kecamatan Megang Sakti III 2019**

Kejadian LBP	Frekuensi	%
1. Akut	61	48,4
2. Kronik	65	51,6
<b>TOTAL</b>	<b>126</b>	<b>100</b>

**Tabel 3** menunjukkan bahwa sebagian besar petani karet di Kecamatan Megang Sakti mengalami LBP kronik yaitu berjumlah 65 responden (51,6%), dimana pada LBP

kronik ini, responden telah menderita LBP selama lebih dari 3 bulan dan berulang. Selain itu, terdapat juga petani karet yang mengalami LBP akut yaitu berjumlah 61 responden (48.4%), pada kondisi ini responden menderita LBP kurang dari 3 bulan.

## 2. Analisis bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk melihat hubungan antara dua variabel yaitu variabel dependen (masa kerja dan lama kerja) dan variabel independen (kejadian LBP). Untuk membuktikan adanya hubungan antara dua variabel tersebut dilakukan uji statistik. Uji statistik dibuat dengan menggunakan *Kendall Tau-b*, maka hasil penelitian pada analisa bivariat ditunjukkan pada tabel dibawah ini.

### a. Masa Kerja

**Tabel 4**  
**Hubungan antara Masa Kerja dengan Kejadian *Low Back Pain* (LBP)**

Masa Kerja	Keluhan LBP				Jumlah		p-Value
	Akut		Kronik		N	%	
	N	%	N	%			
< 10 tahun	26	65	14	35	40	100	0,010
≥ 10 tahun	35	40,7	51	59,3	86	100	

**Tabel 4** menunjukkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *Kendall Tau-b* didapatkan nilai *p-Value* sebesar 0,010, lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05) yang berarti ada hubungan bermakna antara masa kerja dengan *Low Back Pain* (LBP) pada petani karet di Kecamatan Megang Sakti Kabupaten Musi Rawas, Sumatera Selatan.

### b. Lama Kerja

**Tabel 5**  
**Hubungan antara Lama Kerja dengan Kejadian *Low Back Pain* (LBP)**

Lama Kerja	Keluhan LBP				Jumlah		p-Value
	Akut		Kronik		N	%	
	N	%	N	%			
< 5 jam	45	59,2	31	40,8	76	100	0,002
≥ 5 jam	16	32	34	68	50	100	

**Tabel 5** menunjukkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji *Kendall Tau-b* didapatkan nilai *p-Value* sebesar 0,002 dan lebih kecil dari  $\alpha$  (0,05) yang berarti ada hubungan bermakna antara lama kerja dengan *Low Back Pain* (LBP) pada petani karet di Kecamatan Megang Sakti Kabupaten Musi Rawas, Sumatera Selatan.

## Pembahasan

### 1. Analisa Univariat

#### a. Masa Kerja

Dari tabel 1 distribusi frekuensi responden berdasarkan masa kerja di peroleh data bahwa dari 126 petani karet yang diteliti sebanyak 40 responden (31,7%) memiliki masa kerja dibawah 10 tahun, dan 86 responden (68,3%) memiliki masa kerja lebih dari atau sama dengan 10 tahun. Apabila ditinjau dari masa kerja, sebagian besar petani karet di Kecamatan Megang Sakti bekerja lebih dari 10 tahun.

LBP membutuhkan waktu lama untuk berkembang dan bermanifestasi untuk sampai pada tahapan kronis. Jadi semakin lama waktu bekerja petani karet atau semakin sering petani karet melakukan aktivitas kerja tersebut tanpa memperhatikan faktor ergonomi, maka akan lebih mudah menimbulkan keluhan LBP. Masa kerja >10 tahun memiliki risiko 3,2 kali lebih besar mengalami LBP dibandingkan dengan masa kerja <10 tahun (Syuhada, Suwondo, & Setyaningsih, 2018). Pada konteks penelitian ini dimana jenis pekerjaan menyadap karet yang dilakukan oleh petani karet terlihat tampak ringan, namun jika tidak segera dilakukan upaya preventif maka persoalan kejadian LBP dapat terjadi seiring berjalannya waktu dan seiring dengan masa kerja sebagai seorang petani karet.

### **b. Lama Kerja**

Pada tabel 2, distribusi frekuensi responden berdasarkan lama kerja di peroleh data bahwa dari 126 petani karet yang diteliti sebanyak 76 responden (60,3%) dalam satu hari bekerja kurang dari 5 jam, dan 50 responden (39,7%) dalam satu hari bekerja lebih dari atau sama dengan 5 jam. Apabila ditinjau dari lama kerja, petani karet di Kecamatan Megang Sakti bekerja kurang dari 5 jam.

Penelitian yang dilakukan Kaur (2015) menunjukkan petani yang bekerja lebih dari 5 jam lebih banyak mengeluh LBP dari pada petani yang bekerja kurang dari 5 jam. Durasi terjadinya postur janggal atau postur tubuh yang salah dan berulang-ulang dilakukan akan terjadi kelelahan otot dan menimbulkan berbagai keluhan otot dan sendi. Pada penelitian ini, walaupun sebagian besar petani karet dalam satu hari bekerja selama 5 jam, namun hal ini bukan berarti dapat menurunkan resiko terjadinya LBP. Pekerjaan yang dilakukan dalam posisi tubuh yang tidak ergonomis namun berulang-ulang harus menjadi perhatian baik individu maupun petugas kesehatan untuk dilakukan upaya promotif dan preventif agar tidak menimbulkan kejadian LBP.

### **c. Kejadian LBP**

Pada hasil penelitian yang ditunjukkan pada tabel 3, prevalensi kejadian LBP pada petani karet diperoleh data bahwa dari 126 petani karet yang diteliti sebanyak 61 responden (48,4%) mengeluh LBP akut dan 65 responden (51,6%) mengalami LBP kronik. Hal ini diperkuat oleh penelitian yang dilakukan Kaur (2015) kepada 70 petani di UPT Kesmas Payangan Gianyar ditemukan prevalensi keluhan LBP sebanyak 68,6%. Penelitian yang dilakukan Susanto, dkk (2016) terkait analisis masalah kesehatan petani didapatkan hasil 63,7% petani diprediksi berisiko mengalami masalah persendian dan tulang.

Petani banyak mengalami LBP dikarenakan saat bekerja mereka melakukan gerakan yang berisiko seperti membungkuk, gerakan memutar badan untuk menggapai bidang sadapan dan membawa beban berat yang akan mempengaruhi tulang belakang dan menyebabkan kerusakan baik secara mekanik maupun biologis. Pekerjaan petani juga memerlukan posisi yang statis dalam jangka waktu lama yang menyebabkan risiko lebih besar untuk terjadinya LBP.

Dilihat dari prevalensi LBP yang tinggi pada petani di Kecamatan Megang Sakti, maka pencegahan sebaiknya dilakukan sedini mungkin sehingga keluhan LBP baik akut maupun kronis dapat dicegah. Pencegahan dapat dilakukan dengan pemberian edukasi melalui penyuluhan mengenai posisi kerja yang ergonomis pada petani sehingga angka kejadian LBP dapat menurun.

## 2. Analisa Bivariat

### a. Hubungan antara Masa Kerja dengan Kejadian *Low Back Pain* (LBP)

Berdasarkan hasil uji statistik yang ditunjukkan pada Tabel 4, diketahui bahwa dari 40 responden dengan masa kerja kurang dari 10 tahun, diketahui 26 orang (65%) mengalami LBP akut dan 35 orang (40%) mengalami LBP kronik. Sedangkan dari 86 responden dengan masa kerja lebih dari atau sama dengan 10 tahun, diketahui 35 orang (40,7%) mengalami LBP akut dan 51 orang (59,3%) mengalami LBP kronik. Sementara itu, hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Kendall Tau-b* dengan nilai *p-Value* sebesar 0.010 ( $p < 0,05$ ), artinya ada hubungan bermakna antara masa kerja dengan *Low Back Pain* (LBP) pada petani karet di Kecamatan Megang Sakti III Provinsi Sumatera Selatan.

Penelitian yang dilakukan Syuhada, Suwondo, & Setyaningsih (2018) mendapatkan hasil yang sama yaitu ada hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan LBP dengan *p-Value* 0,036. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Kaur (2015) yang menyebutkan bahwa petani yang memiliki keluhan LBP paling banyak dirasakan oleh pekerja yang memiliki masa kerja lebih dari 10 tahun dibandingkan dengan petani yang bekerja kurang dari 10 tahun. Dimana LBP sebagai penyakit kronis yang membutuhkan waktu lama untuk menimbulkan gejala. Jadi semakin lama waktu bekerja atau semakin lama petani terkena faktor risiko maka semakin besar timbulnya risiko untuk mengalami LBP. Pekerja yang memiliki masa kerja lebih dari 5 tahun memiliki risiko 7,3 kali lebih besar menderita LBP dibanding dengan yang memiliki masa kerja kurang dari 5 tahun (Ningsih, Sapta, & Fernando, 2016).

Sejalan dengan penelitian Ningsih, Sapta, & Fernando (2016), maka peneliti berasumsi bahwa adanya hubungan antara masa kerja dengan LBP dipengaruhi oleh semakin lamanya petani karet terpapar aktivitas serupa dengan perilaku kerja yang salah. Petani karet harus bekerja setiap hari untuk mendapatkan getah karet. Libur kerja dapat diatur oleh petani karet sendiri sehingga tidak terikat, dalam 1 bulan minimal petani karet dapat mengambil 2 hari untuk libur. Dalam 1 tahun petani karet dapat bekerja selama 341 hari dengan lama kerja di kebun bervariasi. Apabila aktivitas kerja yang salah selalu dilakukan berulang-ulang maka risiko LBP kronik juga semakin besar. Semakin lama bekerja dan tidak diimbangi dengan posisi ergonomi yang tepat dalam bekerja maka petani karet akan semakin berisiko mengalami kejadian LBP.

### b. Hubungan antara Lama Kerja dengan Kejadian *Low Back Pain* (LBP)

Berdasarkan hasil analisa terkait lama kerja pada Tabel 5, diketahui bahwa dari 76 responden dengan lama kerja kurang dari 5 jam, diketahui 45 orang (59,2%) mengalami LBP akut dan 31 orang (40,8%) mengalami LBP kronik. Sedangkan dari 50 responden dengan lama kerja lebih dari atau sama dengan 5 jam, diketahui 16 orang (32%) mengalami LBP akut dan 34 orang (68%) mengalami LBP kronik. Sementara itu, hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Kendall Tau-b* dengan nilai *p-Value* sebesar 0,002 ( $p < 0,05$ ), artinya ada hubungan bermakna antara lama kerja dengan *Low Back Pain* (LBP) pada petani karet di Kecamatan Megang Sakti.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Putranto, Djajakusli, & Wahyuni (2014) yaitu ada hubungan yang signifikan antara lama kerja dengan LBP dengan *p-Value* 0,011. Penelitian yang dilakukan Kaur (2015) menunjukkan petani yang bekerja lebih dari 5 jam lebih banyak mengeluh LBP dari pada petani yang bekerja kurang dari 5 jam. Jam pekerja yang melebihi batas menyebabkan timbulnya kelelahan,

penyakit kerja dan kecelakaan kerja. Tenaga kerja yang melakukan pekerjaan fisik berat, melakukan gerakan berulang-ulang, mengalami stress mekanik, atau berada dalam posisi statis seperti membungkuk dan posisi kepala ekstensi yang cukup lama mengakibatkan inflamasi otot dan persendian sehingga timbulah keluhan LBP (Putranto, Djajakusli, & Wahyuni, 2014). Namun berbeda dengan penelitian Rina, Hansen, & Fadzul (2016) pada penelitian mengenai durasi mengemudi pada pekerjaan yang dilakukan dengan lama kerja yang panjang. Hasil penelitian tersebut menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara lama mengemudi dengan LBP pada pengemudi bus di Terminal Lempake dengan *p-Value* 0,577.

Peneliti berasumsi adanya hubungan antara lama kerja dengan LBP pada petani karet dapat terjadi karena posisi janggal atau posisi tubuh yang tidak tepat yang dilakukan berulang-ulang. Petani karet harus mempertahankan posisi membungkuk atau jongkok selama kurang lebih 10 sampai 30 detik untuk mengapai bidang sadapan. Hal ini dilakukan minimal pada 100 pohon karet, berjalan dari satu pohon karet ke pohon karet yang lain pada 1 hektar kebun karet setiap harinya. Beban getah karet yang diangkat juga menjadi pemicu LBP. Petani karet harus mengangkat getah karet dari setiap pohon untuk dibawa ketempat pengumpulan, belum lagi saat musim hujan, petani karet harus membuang air hujan yang berada didalam mangkok dan menunggu kulit batang karet kering terlebih dahulu sebelum dilakukan penyadapan. Semua hal tersebut dapat mengakibatkan peningkatan kejadian *Low Back Pain* kronis terutama bila didukung dengan perilaku kerja yang tidak baik.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil dan pembahasan pada penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar petani karet di Kecamatan Megang Sakti III, Kabupaten Musi Rawas, Provinsi Sumatera Selatan memiliki masa kerja lebih dari atau sama dengan 10 tahun dan memiliki lama kerja kurang dari 5 jam. Kejadian LBP kronik pada Petani Karet di Kecamatan Megang Sakti III lebih tinggi dibandingkan dengan LBP akut dan ada hubungan antara masa kerja dan lama kerja dengan *low back pain* pada petani karet di Kecamatan Megang Sakti Sumatera Selatan. Untuk itu, disarankan adanya pemberian edukasi secara berkesinambungan oleh petugas kesehatan bagi petani karet untuk memelihara kesehatan mereka khususnya yang berhubungan dengan posisi kerja petani karet. Upaya preventif dan promotif penting untuk keberlangsungan produktifitas pekerjaan. Treatment atau penatalaksanaan pencegahan LBP diperlukan bagi seluruh petani karet baik yang masa kerja singkat maupun yang memiliki masa kerja panjang sebagai petani karet. Upaya yang dapat dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan mengenai pencegahan kejadian LBP dan manajemen diri dalam menangani penyakit LBP yang diderita.

### **Saran**

Peran Unit Kesehatan Kerja (UKK) di Puskesmas sangat esensial untuk mengedukasi petani karet agar terhindar dari LBP dan melakukan rehabilitasi pada petani karet yang mengalami LBP dengan penggunaan korset penyokong tulang belakang, terapi rentang gerak sendi untuk LBP, maupun penggunaan alat bantu angkut seperti kereta dorong atau troli. Untuk menjaga keberlangsungan program ini diperlukan kerjasama kemitraan dengan perusahaan karet setempat atau pada area wilayah binaan UKK Puskesmas.



Dibutuhkan penelitian lebih lanjut mengenai inovasi pengendalian ergonomi hazard pada pekerja khususnya petani dan penelitian peran perawat kesehatan kerja khususnya dibidang *agricultural nursing*, mengingat Indonesia adalah negara yang agraris jika petani sehat maka produktivitas bahan baku meningkat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Andini, F. (2015). Risk Factors Of Low Back Pain In Workers . *J Majority, Vol.04, No.01*, 12-19.
- BPS. (2017). Megang Sakti Dalam Angka 2017. *Badan Pusat statistik Kabupaten Musi rawas*. Bukit, K. (2018). faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Low Back Pain kronis di Rumah Sakit X di Jakarta.
- Brunner, & Suddarth's. (2014). *Medical Surgical Nursing*. China: Wolters Kluwer.
- EveryNurse.Org. (2018). *Becoming an Occupational Health Nurse*. Retrieved July 18, 2018, from EveryNurse.Org: <http://everynurse.org/becoming-an-occupational-health-nurse/#whatdo>.
- Indonesia Investment. (2018, April 05). *Karet (Alam)*. Retrieved July 11, 2018, from Indonesia Investment: <https://www.indonesia-investments.com/id/bisnis/komoditas/karet/item185>
- Kaur, K. (2015). Prevalensi Keluhan Low Back Pain (LBP) Pada Petani Di Wilayah Kerja Upt Kesmas Payangan Gianyar April 2015. *Intisari Sains Medis, VOL. 5 NO.1*, 49-59.
- Kemendes. (2013). Profil Kesehatan Indonesia. *Kementrian Kesehatan RI*, 179-181.
- Ningsih, K. W., A, D. S., & Fernando , R. (2016). Kejadian Low Back Pain pada Mekanik Bagian UPT Mekanisasi di Dinas Tanaman Pangan dan Hortikultura Provinsi Riau . *Jurnal Kesehatan Komunitas, Vol. 3, No. 2*, 73-78.
- Putranto, T. H., Djajakusli, R., & Wahyuni, A. (2014). Hubungan Postur Tubuh Menjahit Dengan Keluhan Low Back Pain (LBP) Pada Penjahit Di Pasar Sentral Kota Makassar. *Bagian Kesehatan dan Keselamatan Kerja, FKM Universitas Hasanuddin*.
- Rina, Hansen, & Fadzul. (2016). Hubungan Sikap Kerja Mengemudi dan Durasi Mengemudi dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah (Low Back Pain) Pada Pengemudi Bus di Terminal Lempake Kota Samarinda tahun 2016. *Program Sarjana Kesehatan Masyarakat STIKES Muhammadiyah Samarinda*, 1-11.
- Smeltzer, S. C. (2016). *Keperawatan Medical Bedah Brunner and Suddarth. Edisi 12*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Susanto , T., Purwandari, R., & Wuryaningsih, E. W. (2016). Model Kesehatan Keselamatan Kerja Berbasis Agricultural Nursing: Studi Analisis Masalah Kesehatan Petani. *Jurnal Ners Vol. 11 No. 1, Departemen Keperawatan Keluarga dan Komunitas, PSIK Universitas Jember*, 45-50.
- Syuhada, A. D., Suwondo, A., & Setyaningsih, Y. (2018). Faktor Risiko Low Back Pain pada Pekerja Pemetik Teh di Perkebunan Teh Ciater Kabupaten Subang . *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia Vol. 13 /No. 1 / Januari 2018* , 91-100.
- Udom, C., Janwantanakul , P., & Kanlayanaphotporn, R. (2016). The prevalence of low back pain and its associated factors in Thai rubber farmers. *Journal of Occupational Health*, 534-542.
- Ulfah, D., Thamrin, G. A., & Natanael, T. W. (2015). Pengaruh Waktu Penyadapan Dan Umur Tanaman Karet Terhadap Produksi Getah (Lateks) . *Jurnal Hutan Tropis Volume 3 No. 3* , 247-252.

- WHO. (2017, November 30). *Protecting workers' health*. Retrieved July 19, 2018, from World Health Organization: <http://www.who.int/news-room/factsheets/detail/protecting-workers'-health>
- Yuliana. (2011). Low Back Pain. *CDK 185/Vol.38 no.4/Mei-Juni 2011, RSUP Dr. Hasan Sadikin Bandung*, 270-273.