

**PENGARUH LAMA DUDUK DAN LAMA KERJA
TERHADAP KELELAHAN DAN RISIKO NYERI PINGGANG BAWAH
PADA PENGEMUDI BIS TRANS JOGJA**

Herlina

INTISARI

Pengemudi bis Trans Jogja setiap harinya bekerja selama 8-16 jam dan lama kerja rata-rata 14,8 tahun. Mereka bekerja dalam lingkungan yang mempengaruhi risiko terhadap kesehatan dan keselamatannya, salah satunya adalah lama duduk dan lama kerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh lama duduk dan lama kerja terhadap kelelahan dan risiko nyeri pinggang bawah pada pengemudi bis.

Subyek penelitian ini adalah pengemudi bis Trans Jogja yang memenuhi kriteria berjumlah 30 orang. Subyek penelitian dikelompokkan berdasarkan lama duduk dan lama kerja. Kelelahan kerja ditentukan dengan wawancara langsung kepada subyek penelitian. Risiko nyeri pinggang bawah diukur dengan *Standardized Nordic Questionnaire*, serta data pendukung seperti umur, berat badan dan tinggi badan. Untuk mengetahui pengaruh lama duduk dan lama kerja terhadap kelelahan dan risiko nyeri pinggang bawah dilakukan uji statistik *Chi-square*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata lama duduk 12 jam/hari, lama kerja 14,8 tahun. Meskipun demikian tidak ada pengaruh yang bermakna secara statistik ($p > 0,05$) antara lama duduk terhadap kelelahan, lama duduk terhadap risiko nyeri pinggang bawah, lama kerja terhadap kelelahan, dan lama kerja terhadap risiko nyeri pinggang bawah. Kesimpulan dari penelitian ini adalah tidak ada pengaruh yang bermakna antara lama duduk dan lama kerja terhadap kelelahan dan risiko nyeri pinggang bawah.

Kata kunci : lama duduk, lama kerja, kelelahan, nyeri pinggang bawah.

**THE INFLUENCE OF LONG TIME OF SITTING
AND WORK PERIOD TO FATIGUE AND LOW BACK PAIN
AT TRANS JOGJA BUS DRIVER**

Herlina

ABSTRACT

Trans Jogja bus drivers work 8 to 16 hours daily and the time of work average are 14,8 years. They work in an environment that has a risk job concerning safety and healthy, ones is long time of sitting and work period. The aim of this study was to know the effect of long time of sitting and work period to fatigue and low back pain at Trans Jogja bus drivers.

The subject of this research is Trans Jogja bus drivers who include 30 people who have terms of criteria subject. The subject was divided according to long time of sitting and work period. The fatigue was obtained by direct interview with subject. The risk of low back pain is measured by the Standardized Nordic Questionnaire and supported by age, body weight, and height. To know the effect of long time of sitting and work period to fatigue and low back pain at Trans Jogja bus drivers was using Chi-square analysis.

Research results shows that average of long time of sitting is 12 hours day, work period is 14,8 years. Otherwise, there is no significant by statistic between long time of sitting to fatigue, long time of sitting to low back pain, work period to fatigue, and work period to low back pain. The result of this research are long time of sitting and work period has no correlation to fatigue and low back pain.

Keyword : long time of sitting, work period, fatigue, low back pain.