

BABI

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Low back pain (LBP) atau nyeri pinggang bawah merupakan nyeri di daerah lumbal berikut sakrum (Sidharta, 2004). Hasil survei di Amerika Serikat (AS) menunjukkan bahwa 85% penduduk pernah mengalami sakit pinggang setidaknya sekali seumur hidup (Wieting, 2006).

LBP dapat disebabkan oleh mekanisme patofisiologi yang spesifik, seperti hernia nucleus pulposus, infeksi, osteoporosis, rheumatoid arthritis, fraktur atau tumor. Penelitian di Amerika Serikat menemukan pasien nyeri pinggang dengan fraktur kompresi 4%, spondilolisthesis 3%, tumor 0,7%, infeksi 0,01% (Koes dkk, 2006). Selain itu, LBP juga dapat disebabkan peregangan otot karena posisi duduk yang salah (Dorsch, 2006).

Faktor risiko terjadinya LBP karena obesitas, paparan getaran tubuh, dan beberapa aktivitas yang dilakukan dengan tidak benar seperti mengangkat barang yang berat dan duduk yang lama (Richard, 2001). Menurut Samara (2003), otot-otot punggung biasanya mulai letih setelah duduk selama 15-20 menit, sehingga mulai dirasakan LBP. Ini sering dialami oleh murid sekolah, supir, tukang jahit, kasir, pegawai bank, pegawai perusahaan, pekerja di depan komputer, dan penjaga tol. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Dorsch (2006) pada murid sekolah di Skandinavia menemukan bahwa 41,6% murid sekolah menderita LBP selama

duduk dikelas, 60 % orang dewasa mengalami LBP karena masalah duduk yang terjadi pada mereka yang bekerja atau yang aktivitasnya lebih banyak dilakukan dengan duduk. Penelitian serupa pernah dilakukan di Taipei, yang menyatakan bahwa pengemudi taksi yang bekerja 8-12 jam/hari juga menderita LBP (Chen dkk, 2005).

LBP diklasifikasikan menjadi 3 kelompok yaitu akut, sub akut dan kronik. LBP akut terjadi dalam waktu kurang dari 6 minggu. Sedangkan LBP kronik terjadi dalam waktu lebih dari 3 bulan (Lamsudin, 2001). Dengan demikian LBP adalah gangguan muskuloskeletal pada daerah pinggang bawah yang disebabkan oleh berbagai penyakit dan aktivitas tubuh yang kurang baik.

Fenomena diatas sekarang ini juga terjadi pada pengemudi bis. Lamanya jumlah jam kerja yang harus dijalani pengemudi bis mengakibatkan aktivitas pengemudi lebih banyak dihabiskan dengan duduk dibangku, termasuk pada pengemudi bis Trans Jogja.

Menurut Samara (2003), hal-hal yang harus dihindari selama duduk supaya tidak berakibat LBP antara lain duduk dengan posisi yang baik dan hindari duduk dengan posisi yang sama dalam waktu lebih dari 30 menit. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui secara spesifik adakah hubungan duduk lama pada saat mengemudi dengan risiko kelelahan dan LBP pada pengemudi bis Trans Jogja.

Menurut HR. Muslim "Setiap penyakit itu pasti ada obatnya, jika tepat obatnya maka penyakit akan sembuh dengan izin Allah 'Azza wa Jalla ".

HR. Abu Hurairah juga menyatakan " Allah tidak akan menurunkan suatu penyakit melainkan Allah juga menurunkan obatnya "

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, permasalahan yang akan diteliti dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Adakah pengaruh lama duduk dan lama kerja pada pengemudi bis Trans Jogja terhadap risiko terjadinya kelelahan dan nyeri pinggang bawah?

C. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai pengaruh lama duduk dan lama kerja terhadap kelelahan dan risiko nyeri pinggang bawah pada pengemudi bis Trans Jogja belum pernah dilakukan, namun ada penelitian yang topiknya hampir sama dengan peneliti. Penelitian-penelitian tersebut antara lain :

1. Penelitian yang dilakukan oleh Retno Rusdijjati (2005) yang berjudul Pengaruh Paparan Getaran Tempat Duduk dan Lama Kerja terhadap Kelelahan dan Kenyamanan Kerja Pengemudi Bis Antar Kota Antar Propinsi (AKAP) Trayek Semarang-Yogyakarta, yang menyatakan bahwa getaran tempat duduk dan lama kerja mempengaruhi kelelahan dan kenyamanan kerja pengemudi Bis Antar Kota Antar Propinsi (AKAP) Trayek Semarang-Yogyakarta. Faktor-faktor lain yang juga berpengaruh terhadap kejadian tersebut adalah kondisi bis, polusi udara, kemacetan lalu lintas, jadwal kerja yang ketat dan kurangnya waktu istirahat. Metode penelitian yang digunakan adalah *observational* dengan rancangan *retrospective*.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Zamra Idyan (2006) yang berjudul Hubungan Lama Duduk Saat Perkuliahan dengan Keluhan *Low Back Pain*, yang menyatakan bahwa lama duduk saat perkuliahan mempengaruhi kejadian LBP. Faktor-faktor lain yang juga berpengaruh terhadap kejadian tersebut adalah sikap tubuh yang salah, obesitas, dan kehamilan. Metode penelitian yang digunakan adalah analisis *bivariat* dengan rancangan *cross sectional*.

Perbedaan dengan penelitian peneliti adalah pada metode dan subjek yang diteliti. Sepengetahuan peneliti, penelitian tentang pengaruh lama duduk dan lama kerja terhadap kelelahan dan risiko nyeri pinggang bawah pada pengemudi bis belum pernah diteliti.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji adakah hubungan lama duduk dan lama kerja saat mengemudi terhadap kelelahan dan risiko LBP pada pengemudi bis Trans Jogja.

Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik responden (umur, jenis kelamin, dan berat badan).
2. Mengetahui keluhan selain kelelahan dan LBP pada pengemudi bis.
3. Mengkaji sebab-sebab terjadinya LBP.

E. Manfaat Penelitian

1. Pendidikan

Memberi masukan pada pengusaha bus tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian LBP sehingga lebih memperhatikan keselamatan dan kesehatan pengemudinya pada saat menjalankan tugasnya, dengan cara menyediakan fasilitas-fasilitas kerja yang memadai, perawatan kendaraan dan pemeriksaan kesehatan para pengemudi secara rutin.

2. Keilmuan

Hasil penelitian dapat memperkuat informasi musculoskeletal sehingga factor-faktor yang paling berhubungan dengan terjadinya LBP dapat meminimalkan dengan metode yang efektif dan efisien.

3. Peneliti

Peneliti dapat memberikan pengalaman dalam melakukan penelitian dan hasil penelitian dapat menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya.

4. Pengemudi

Pengemudi bus agar lebih memperhatikan kondisi fisiknya pada saat bekerja, karena mempunyai tanggungjawab yang besar terhadap keselamatan diri dan penumpang bus.

5. Dinas Perhubungan

Memberikan masukan kepada Dinas Perhubungan agar informasi yang dihasilkan dalam penelitian ini dapat digunakan untuk menyusun kebijakan dimasa yang akan datang.