

Pengambilan sampel dilakukan berdasarkan :

1) Kriteria inklusi :

- laki-laki berusia antara 20-50 tahun
- berat badan normal ( $18,5-24,9 \text{ kg/m}^2$ ) (WHO, 1998).
- dalam satu bulan minimal bekerja selama 3 minggu atau 21 hari

2) Kriteria eksklusi :

- Yang tidak bersedia menjadi responden
- Pengemudi dengan riwayat cedera atau luka pada tulang belakang

#### 4. Variabel Penelitian

Jenis Variabel	Nama Variabel
Bebas	Lama duduk dan lama kerja pengemudi
Terikat	Kelelahan dan nyeri pinggang bawah

#### 5. Definisi Operasional Variabel

- a. Lama duduk dan lama kerja meliputi waktu kerja yang merupakan jumlah jam kerja para pengemudi setiap hari dikurangi dengan waktu istirahat dengan skala variabel ordinal dan masa bekerja para pengemudi di transportasi perkotaan bis Trans Jogja yang digunakan sebagai lokasi penelitian sampai penelitian ini dilaksanakan yang juga skala variabelnya ordinal.

- b. Kelelahan kerja adalah keadaan pekerja yang mengakibatkan terjadinya penurunan vitalitas dan produktivitas kerja akibat pekerjaan, yang dilakukan dengan wawancara. Skala variabelnya ordinal.
- c. Nyeri pinggang bawah adalah nyeri pada daerah punggung bagian bawah sebagai akibat lama duduk dan lama kerja pada waktu mengendarai mobil., yang diukur dengan *Standardized Nordic Questionnaire*. Skala variabelnya ordinal.

## 6. Instrumen Penelitian

- a. Timbangan berat badan
- b. Alat pengukur tinggi badan
- c. Untuk mengukur variabel terikat

### 1) Kelelahan kerja

Data tentang kelelahan kerja diperoleh dengan melakukan wawancara secara langsung kepada subjek penelitian.

### 2) Nyeri pinggang bawah

Untuk mengukur ada tidaknya keluhan nyeri pinggang bawah digunakan *Standardized Nordic Questionnaire* yang merupakan salah satu metode yang digunakan untuk mendeteksi gangguan muskuloskeletal yang diakibatkan oleh faktor-faktor yang berasal dari luar tubuh manusia yang dalam penelitian ini diakibatkan oleh lama duduk dan lama kerja.

*Standard Nordic Questionnaire* terdiri dari pertanyaan-pertanyaan umum dan sejumlah pertanyaan tentang bagian-bagian tubuh secara

spesifik. Pertanyaan-pertanyaan umum berisi tentang masalah-masalah fisik seperti rasa sakit, nyeri, pegal dan kelelahan yang dialami oleh bagian-bagian tubuh. Juga berisi sejumlah pertanyaan yang menunjukkan tingkat keparahan dari masalah-masalah fisik yang dialami oleh bagian-bagian tubuh. Semua jawaban bersifat dikotomik yaitu terdiri dari jawaban ya atau tidak.

d. Untuk mengukur variabel bebas

1) Lama duduk dan lama kerja

Data tentang lama duduk dan lama kerja langsung kepada subjek penelitian, selanjutnya dicocokkan dengan data yang ada di perusahaan.

## 7. Cara Pengumpulan Data

a. Persiapan Penelitian

- 1) Penyusunan rancangan penelitian meliputi : penetapan lokasi, populasi dan sampel penelitian, variabel, definisi operasional variabel, instrumen penelitian, metode pengumpulan data dan analisis data.
- 2) Pengurusan izin penelitian.
- 3) Melakukan observasi langsung ke bis Trans Jogja di daerah Babarsari tentang adanya kemungkinan kejadian nyeri pinggang bawah.
- 4) Penyediaan *informed consent* dan kuestioner.

## b. Pelaksanaan Penelitian

- 1) Meminta pengemudi untuk mengisi *informed consent*.
- 2) Melakukan wawancara dengan pengemudi untuk mencatat identitas dan mengetahui faktor risiko.
- 3) Mempersiapkan instrumen penelitian.
- 4) Melakukan wawancara untuk mengetahui kelelahan kerja pada subjek.
- 5) Melakukan pengukuran risiko nyeri pinggang bawah dengan menggunakan *Standardized Nordic Questionnaire*. Kuestioner tidak diberikan secara langsung kepada subjek penelitian, tetapi dengan melakukan wawancara dan hasil wawancara diisikan oleh peneliti sendiri, mengingat subjek penelitian mempunyai latar belakang pendidikan yang bervariasi.

## c. Tahap penyelesaian

Pengolahan data dan penyusunan laporan penelitian.

## 8. Analisa Data

Analisis data dilakukan secara deskriptif dan dianalisa dengan uji statistik

*Chi-square test*.