

ANALISIS FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PERAWAT DI RS. BHAYANGKARA TK. III KENDARI

Sry Yulisti¹, Syawal Kamiluddin Saptaputra¹, Mubarak¹

¹Fakultas Kesehatan Masyarakat, Program Magister Kesehatan Masyarakat, Universitas Halu Oleo, Kendari, Provinsi Sulawesi Tenggara, Indonesia

*Corresponding author: Telp: 085333379330, email: sriyulisti31@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu penyakit akibat kerja adalah nyeri punggung bawah atau *Low Back Pain* (LBP). Pekerjaan yang memiliki risiko tinggi sakit punggung adalah perawat. Menurut WHO menunjukkan bahwa 33% penduduk di negara berkembang mengalami nyeri persisten Berdasarkan hasil prevalensi beberapa negara menunjukkan angka kejadian nyeri punggung bawah pada perawat dari rumah sakit menunjukkan 18,2% terjadi pada laki-laki, dan 13,6% pada perempuan. Dari hasil laporan manajemen keperawatan di Rumah Sakit Bhayangkara Kendari tahun 2023, didapatkan kebanyakan keluhan perawat adalah nyeri punggung bawah akibat beban kerja yang terlalu tinggi pada perawat. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan rancangan *cross sectional*. Sampel yang digunakan adalah 102 perawat (*total sampling*). Hasil analisis multivariat menggunakan uji regresi linear berganda menunjukkan nilai *Koefisiensi regresi* beban kerja 0,258, aktivitas fisik 2,095, posisi tubuh 1,116, masa kerja 0,311 dan indeks massa tubuh (IMT) 1,372. Dalam penelitian ini disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara beban kerja, aktivitas fisik, posisi tubuh, masa kerja dan indeks massa tubuh terhadap keluhan nyeri punggung bawah pada perawat di RS. Bhayangkara Tk. III Kendari dengan variabel independen yang paling berpengaruh adalah aktifitas fisik. Penelitian ini dapat menjadi bahan referensi bagi rumah sakit, tenaga kesehatan ataupun perawat, serta dapat menambah pengetahuan dalam mencegah ataupun mengurangi terjadinya nyeri punggung bawah pada saat bekerja. **Kata kunci** : Aktivitas Fisik, Beban Kerja, IMT, Masa Kerja, Nyeri Punggung Bawah, Posisi Tubuh

ABSTRACT

One of the occupational diseases is low back pain (LBP). Occupations that have a high risk of back pain are nurses. According to WHO, 33% of the population in developing countries experience persistent pain. Based on the results of the prevalence of several countries, the incidence of low back pain in nurses from hospitals shows 18.2% occurs in men, and 13.6% in women. From the results of the nursing management report at Bhayangkara Kendari Hospital in 2023, it was found that most nurses' complaints were low back pain due to too high workload on nurses. This study is a quantitative study with a cross sectional design approach. The sample used was 102 nurses (*total sampling*). The results of multivariate analysis using multiple linear regression tests show the regression coefficient value of workload 0.258, physical activity 2.095, body position 1.116, tenure 0.311 and body mass index (BMI) 1.372. In this study it is concluded that there is an influence between workload, physical activity, body position, tenure and body mass index on low back pain complaints in nurses at Bhayangkara Tk. III Kendari Hospital with the most influential independent variable is physical activity. This research can be a reference material for hospitals, health workers or nurses, and can increase knowledge in preventing or reducing the occurrence of low back pain.

Keywords: Physical Activity, Workload, BMI, Work Period, Low Back Pain, Body Position

PENDAHULUAN

Dalam Program kesehatan dan keselamatan kerja yang dilaksanakan dengan buruk dapat meningkatkan risiko penyakit dan kecelakaan akibat kerja¹. Penyakit yang disebabkan oleh peralatan kerja, proses, material dan lingkungan kerja disebut sebagai penyakit akibat kerja. Salah satu penyakit akibat kerja adalah nyeri punggung bawah atau *Low Back Pain* (LBP) (Astuti dkk., 2019).

Rumah sakit perlu berusaha mengurangi potensi risiko yang menyebabkan penyakit akibat kerja. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan (PMK) No. 52 tahun 2018 tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja di fasilitas pelayanan kesehatan mengharuskan semua fasilitas kesehatan termasuk rumah sakit dapat melaksanakan program keselamatan dan kesehatan kerja untuk petugas kesehatan saat bekerja.³

Menurut WHO dalam penelitian Anggraika menunjukkan bahwa 33% penduduk di negara berkembang mengalami nyeri persisten⁴. Di Inggris pada tahun 2017-2019, sekitar 17,3 juta orang pernah menderita nyeri punggung dan dari jumlah tersebut sekitar 1,1 juta orang menjadi lumpuh yang diakibatkan dari nyeri punggung tersebut. 26% orang dewasa Amerika dilaporkan mengalami nyeri punggung bawah, setidaknya 1 hari dalam durasi 3 bulan⁵.

Prevalensi nyeri punggung bawah menunjukkan angka yang cukup signifikan, baik secara global termasuk negara berkembang seperti Indonesia. Secara global, pada tahun 2019, sekitar 15%-45% penduduk di dunia mengalami nyeri punggung bawah. Untuk negara berkembang, sekitar 33% penduduknya mengalami gejala nyeri punggung bawah, sementara untuk negara maju hampir 70%-80% penduduk mengalami nyeri punggung bawa⁶.

Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, menunjukkan bahwa prevalensi nasional gangguan muskuloskeletal yang pernah didiagnosis oleh tenaga kesehatan di Indonesia adalah sebesar 11,9% (Wahyuni, 2022). Jumlah penderita nyeri punggung bawah diprediksi sekitar 7,6% (Novisca *et al.*, 2021). Secara khusus penelitian perhimpunan Dokter Saraf Indonesia (Perdossi) mengenai angka kejadian nyeri punggung bawah pada perawat

dari rumah sakit yang diteliti, menunjukkan 18,2% terjadi pada laki-laki, dan 13,6% pada perempuan. Usia 40 tahun ke atas menjadi kelompok umur yang paling banyak mengalami nyeri punggung bawah⁸

Pekerjaan yang memiliki risiko tinggi sakit punggung adalah perawat. Prevalensi LBP pada perawat di seluruh dunia tidak banyak berubah selama 12 tahun, antara tahun 2008-2019 sekitar 50-70%, meskipun berbagai penelitian intervensi memberikan hasil positif. Insiden nyeri punggung bawah pada perawat di RS. RNH di Swedia mendapatkan 87% kasus nyeri punggung bawah pada 1.033 perawat⁹. Perawat melakukan pekerjaannya menggunakan banyak gerakan seperti membungkuk, memutar badan dan mengangkat¹⁰.

Dari Hasil laporan manajemen keperawatan di Rumah Sakit Bhayangkara Kendari, didapatkan kebanyakan keluhan perawat adalah nyeri punggung bawah akibat beban kerja yang terlalu tinggi pada perawat, seperti: perawat yang bertugas banyak melakukan kegiatan keperawatan baik secara langsung maupun tidak langsung. Saat dinas, perawat harus mengantarkan pasien ke ruang pemeriksaan penunjang, mengantar pasien ke ruangan Rawat Inap, mengantar pasien ke kamar operasi, mengambil obat, mengantarkan sampel pemeriksaan laboratorium, mendorong tabung oksigen besar, merujuk pasien, serta melakukan pendokumentasi keperawatan yang cukup banyak dan lama¹¹

Pelayanan Rumah Sakit dapat bermutu apabila perawat tidak mengalami gangguan kesehatan dan sebaliknya, pelayanan akan terganggu apabila seorang perawat memiliki gangguan kesehatan, dan salah satunya gangguan kesehatan yang paling sering adalah nyeri punggung bawah. Hal inilah yang menjadi dasar bagi peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis Faktor yang Mempengaruhi Keluhan Nyeri Punggung Bawah pada Perawat di Rumah Sakit Bhayangkara Tk. III Kendari tahun 2023”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah perawat, dengan sampel yang digunakan adalah

102 Perawat (*total sampling*). Variabel penelitian terdiri dari variabel dependen (keluhan nyeri punggung bawah), dan variabel independen (beban kerja, aktivitas fisik, posisi tubuh, masa kerja dan indeks massa tubuh). Berdasarkan tujuan penelitian, maka penelitian menggunakan data jenis dan sumber data, yaitu data primer dan data sekunder. Teknik pengambilan data melalui pengisian kuesioner yang diisi melalui *google form*. Analisis data dilakukan dengan uji statistik SPSS menggunakan regresi linear berganda. Analisa data yang digunakan adalah univariat, bivariat dan multivariat.

HASIL

Analisis Bivariat

a. Analisis Pengaruh antara Beban Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Variabel	Korelasi pearson	Sig	Hasil
Nyeri Punggung	0,521	$p\text{-value} = 0,046$	Ho ditolak, Ha diterima.
Beban Kerja		$p < 0,05$	Hipotesis terbukti.

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa adanya pengaruh antara beban kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah. Hasil dari uji korelasi menggunakan uji *pearson korelasi* bahwa hasil nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,521. Artinya memiliki hubungan searah dan memiliki keeratan hubungan karena berada pada nilai normal (0 sampai 1), dengan hasil keeratan hubungan cukup erat (berada di antara 0,40-0,60), serta memiliki nilai signifikansi (p) 0,046. Dimana nilai signifikansi (p) lebih kecil dari nilai 0,05 yang berarti bahwa ada pengaruh antara beban kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah.

b. Analisis Pengaruh antara Aktivitas Fisik dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Variabel	Korelasi	Sig	Hasil
Nyeri Punggung	0,673	$p\text{-value} = 0,032$	Ho ditolak, Ha diterima.
Aktivitas Fisik		$p < 0,05$	Hipotesis terbukti.

APRIL 2024

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa adanya pengaruh antara aktifitas fisik dengan keluhan nyeri punggung bawah. Hasil dari uji korelasi menggunakan uji *pearson korelasi* bahwa hasil nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,673. Artinya memiliki hubungan searah dan memiliki keeratab hubungan karena berada pada nilai normal (0 sampai 1), dengan hasil keeratan hubungan kuat (berada di antara 0,60–0,80), serta memiliki nilai signifikansi (p) 0,032. Dimana nilai signifikansi (p) lebih kecil dari nilai 0,05 yang berarti bahwa ada pengaruh antara aktifitas fisik dengan keluhan nyeri punggung bawah.

c. Analisis Pengaruh antara Posisi Tubuh dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Variabel	Korelasi pearson	Sig	Hasil
Nyeri Punggung	0,526	$p\text{-value} = 0,022$	Ho ditolak, Ha diterima, Hipotesis terbukti.
Posisi Tubuh		$p < 0,05$	

Sumber: Data primer, 2023

Berdasarkan pada tabel 3 di atas, menunjukkan bahwa adanya pengaruh antara posisi tubuh dengan keluhan nyeri punggung bawah. Hasil dari uji korelasi menggunakan uji *pearson korelasi* bahwa hasil nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,526 artinya Artinya memiliki hubungan searah dan memiliki keeratan hubungan karena berada pada nilai normal (0 sampai 1), dengan hasil keeratan hubungan cukup erat (berada di antara 0,40-0,60) dan nilai signifikansi (p) 0,022. Dimana signifikansi (p) lebih kecil dari nilai 0,05, yang menyatakan adanya pengaruh antara posisi tubuh dengan keluhan nyeri punggung bawah.

d. Analisis Pengaruh antara Masa Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Variabel	Korelasi pearson	Sig	Hasil
Nyeri Punggung	0,486	$p\text{-value} = 0,046$	Ho ditolak, Ha diterima.
Masa kerja		$p < 0,05$	Hipotesis terbukti.

Sumber: Data primer, 2023

Berdasarkan pada tabel 4 di atas, menunjukkan bahwa adanya pengaruh antara masa kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah. Hasil dari uji korelasi menggunakan uji *pearson korelasi* bahwa hasil nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,486, artinya memiliki hubungan searah dan keeratan hubungan yang cukup erat karena berada di antara 0,40-0,60) dan nilai signifikansi (p) 0,045. Dimana signifikansi (p) lebih kecil dari nilai 0,05, yang menyatakan adanya pengaruh antara masa kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah.

e. Analisis Pengaruh antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Variabel	Korelasi pearson	Sig	Hasil
Nyeri Punggung	0,498	p -value = 0,046, $p < 0,05$	Ho ditolak, Ha diterima.
Indeks Massa Tubuh			Hipotesis terbukti.

Sumber: Data primer, 2023

Berdasarkan pada tabel 5 di atas, menunjukkan bahwa adanya pengaruh antara indeks massa tubuh dengan keluhan nyeri punggung bawah. Hasil dari uji korelasi menggunakan uji *pearson korelasi*, bahwa hasil nilai koefisien korelasi (r) sebesar 0,498, artinya memiliki hubungan searah dan keeratan hubungan yang cukup erat (berada di antar 0,40-0,60) dan nilai signifikansi (p) 0,046. Dimana signifikansi (p) lebih kecil dari nilai 0,05, yang menyatakan adanya pengaruh antara indeks massa tubuh dengan keluhan nyeri punggung bawah.

Analisis Multivariat

f. Analisis Regresi Linear Berganda Pengaruh Beban Kerja, Aktivitas Fisik, Posisi Tubuh, Masa Kerja an Indeks Massa Tubuh dengan Keluhan Nyri Punggung Bawah di RS Bhayangkara Tk. III Kendari

Var. (X)	Var. (Y)	sig	R Square	Uji t	Uji F	β
X1	Y	,049	0,553	0,681	2,61	,258
X2		,028		1,072	8	2,095
X3		,004		1,947	Sig =	1,116
X4		,048		,702	0,02	,311
X5		,001		1,792	9	1,972

Sumber: Data Primer, 2023

Berdasarkan Tabel 6 di atas, dapat dilihat hasil Kolom koefisiensi regresi (β) untuk variabel beban kerja 0,258, aktifitas fisik 2,095, posisi tubuh 1,116, masa kerja 0,311 dan indeks masa tubuh 1,972. Koefisiensi regresi digunakan untuk mengetahui variabel mana yang paling besar peranannya (pengaruhnya) dalam menentukan variabel keluhan nyeri punggung bawah. Semakin besar nilai beta, semakin besar pengaruhnya terhadap variabel dependennya. Pada hasil di atas, berarti variabel independen yang paling besar pengaruhnya adalah aktivitas fisik dengan nilai beta sebesar 2,095.

Untuk hasil Koefisiensi Determinasi R Square sebesar 0,553, artinya kelima variabel independen dapat menjelaskan variabel keluhan nyeri punggung bawah sebesar 0,553 (55,3%), sedangkan sisanya 44,7% dijelaskan oleh variabel lain di luar dari variabel yang diteliti.

PEMBAHASAN

1. Pengaruh Beban Kerja terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Hasil penelitian ini menemukan beban kerja pada perawat di RS.Bhayangkara Tk.III Kendari berdasarkan hasil penelitian ini di temukan kasus beban kerja tinggi karena beban fisik dan mental yang diberikan kepada perawat yang harus diselesaikan dalam waktu tertentu, selain itu juga jumlah perawat yang berjenis kelamin laki-laki yang lebih sedikit jumlahnya di bandingkan perawat berjenis kelamin perempuan. Dimana perawat laki-laki lebih memiliki beban kerja seperti mengangkat oksigen karena belum tersediannya sarana oksigen sentral dan mendorong pasien ke ruangan yang berada di lantai dua.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Sri Karyati et al., (2019) dengan nilai signifikan p -value 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan bermakna antara beban kerja dengan keluhan *low back pain* pada perawat di RSUD RAA Soewondo Pati. Perawat yang memiliki beban kerja berat memiliki risiko mengalami LBP 5,6 kali lebih besar dibanding perawat dengan beban kerja sedang.¹²

Penelitian ini menyimpulkan bahwa semakin tinggi beban kerja yang didapatkan oleh perawat dalam bekerja, maka akan

semakin besar terjadinya keluhan nyeri punggung bawah. Beban kerja yang tinggi menyebabkan pemakaian tenaga yang besar yang dapat menyebabkan otot bekerja secara berlebihan, sehingga menyebabkan spasme otot. Pengendalian untuk mengurangi risiko biasa dilakukan dengan pemberian beban kerja yang sesuai kemampuan dan waktu, pengaturan waktu istirahat untuk melakukan peregangan dan relaksasi otot.

2. Pengaruh Aktivitas Fisik terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Berdasarkan hasil penelitian ini menemukan aktifitas fisik perawat di RS.Bhayangkara Tk.III Kendari di dominasi oleh perawat dengan aktifitas sedang artinya aktifitas fisik perawat yang di lakukan saat bekerja lebih banyak berdiri, berjalan, mengangkat berat, menarik, membawa atau memindahkan beban dengan tangan, dan pergerakan seluruh badan menggunakan otot yang dapat meningkatkan keluhan nyeri punggung bawah. Faktor lainnya pada perawat di Rs.Bhayangkara Tk.III Kendari yang menjadi penyebab meningkatkan keluhan nyeri punggung bawah adalah aktivitas perawat ketika mendorong, dan menahan *bed* atau kursi roda pasien, sehingga perawat memerlukan tenaga yang cukup besar.

Hasil penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan Mario Esau Katuuk dkk., (2019) dengan hasil analisis uji hipotesis *chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% (α 0,05), menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dan nyeri punggung bawah, dimana nilai *p-value* 0,001 ($<0,05$). Dengan demikian terdapat hubungan antara aktivitas fisik dan nyeri punggung bawah pada perawat di RSUD Luwuk Banggai.¹³

Penelitian ini menyimpulkan bahwa aktivitas fisik sedang dapat meningkatkan terjadinya keluhan nyeri punggung bawah. Hal ini dikarenakan seorang perawat memiliki aktivitas fisik dengan posisi berdiri lebih dari 1 jam dalam sehari, melakukan aktifitas fisik naik turun tangga lebih dari 10 anak tangga dalam sehari, berjalan lebih dari 3,2 km dalam sehari dalam lingkungan rumah sakit sehingga meningkatkan timbulnya keluhan nyeri punggung bawah. Pengendalian untuk mengurangi keluhan nyeri punggung bawah diharapkan kepada perawat dalam melakukan aktivitas fisik sedang dan berat saat bekerja,

seperti: mengangkat atau mendorong beban agar menggunakan alat bantu.

3. Pengaruh Posisi Tubuh terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Hasil penelitian ini menemukan bahwa postur kerja perawat di RS.Bhayangkara Tk.III Kendari di dominasi oleh postur tubuh level tinggi yaitu posisi kerja yang memerlukan tindakan perbaikan postur secepat mungkin. Postur kerja yang salah terjadi ketika perawat yang memaksakan posisi tubuh mereka yang menyebabkan kelelahan otot lebih cepat, dan secara tidak langsung dapat menyebabkan beban kerja ekstra. Akibat yang akan muncul jika tidak menerapkan posisi tubuh ergonomis, maka akan menimbulkan ketegangan pada otot, serta munculnya rasa sakit pada bagian tubuh tertentu termaksud timbulnya keluhan nyeri punggung bawah.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan M. Ade Setiawan dkk., (2022) diketahui bahwa dari 46 orang responden yang sikap kerja tidak ergonomi, terdapat 25 orang (54,3%) mengalami keluhan *low back pain*. Sedangkan dari 13 orang responden sikap kerja ergonomi, terdapat 2 orang (15,4%) diantaranya mengalami keluhan *low back pain*, dengan nilai signifikan 0,030 ($p < 0,05$), artinya secara statistik dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara sikap kerja dengan keluhan *low back pain* pada Perawat Rumah Sakit Umum Daerah Petala Bumi Provinsi Riau tahun 2022.¹⁴

Penelitian ini menyimpulkan bahwa posisi tidak ergonomi pada perawat dalam melakukan pekerjaan akan meningkatkan terjadinya keluhan nyeri punggung bawah. Posisi tubuh yang tidak ergonomi menyebabkan posisi bagian tubuh menjauhi posisi alamiah. Posisi tubuh tidak ergonomi biasanya disebabkan karena karakteristik tuntutan tugas, alat kerja, dan tempat kerja tidak sesuai dengan kemampuan dan keterbatasan perawat. Pengendalian untuk mengurangi risiko nyeri punggung bawah diharapkan kepada perawat dalam melakukan tugasnya untuk memperhatikan posisi tubuhnya seperti berdiri dalam posisi tegak dan tidak membungkuk, dan posisi duduk tegak bersandar untuk mengurangi risiko terjadinya keluhan nyeri punggung bawah.

4. Pengaruh Masa Kerja terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Berdasarkan hasil penelitian menemukan masa kerja perawat di RS. Bhayangkara di dominasi oleh masa kerja baru. Semua aktifitas perawat baru dan perawat dengan masa kerja sedang dan lama memiliki tingkat pekerjaan yang berbeda di sesuaikan dengan ruangan kerja. Masa kerja perawat lama dan sedang berada pada ruangan dengan tingkat pekerjaan yang lebih banyak dan berat. Jumlah perawat yang memiliki masa kerja lama hanya satu orang dan sering mengeluh nyeri punggung bawah karena aktifitas kerja di ruang kamar operasi yang lebih banyak berdiri saat operasi berlangsung. Selanjutnya masa kerja sedang seperti perawat UGD, ICU dan menjadi ketua tim di ruang rawat inap yang memiliki tingkat pekerjaan yang berlebih.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Hasil penelitian Rasyidah (2019)⁴, bahwa dari 54 responden memiliki masa kerja yang lama, terdapat 36 (66,7%), dan Yacob (2018) tentang “Hubungan Masa Kerja dan Beban Kerja dengan Keluhan *Low Back Pain* pada Perawat di Ruang Rawat Inap RS. Bhayangkara TK. III Manado”, sebanyak 21 responden dari 42 responden dengan masa kerja < 5 tahun. Apabila aktivitas tersebut dilakukan terus-menerus akan mengakibatkan gangguan pada tubuh. Tekanan fisik pada suatu kurun waktu tertentu mengakibatkan berkurangnya kinerja otot, dengan gejala makin rendahnya gerakan. Tekanan-tekanan akan terakumulasi setiap harinya pada suatu masa yang panjang, sehingga mengakibatkan memburuknya kesehatan disebut Juga kelelahan klinis atau kronik¹²

Peneliti ini menyimpulkan bahwa semakin lama masa bekerja seseorang, akan mempengaruhi keluhan pada sistem otot juga, dikarenakan beban statik yang terus menerus, dan aktivitas berulang yang dilakukan oleh setiap perawat. Keluhan nyeri punggung bawah merupakan penyakit kronis yang membutuhkan waktu yang cukup lama untuk berkembang dan dirasakan oleh seseorang. Oleh karena itu di sarankan untuk melakukan pekerjaan di sesuaikan dengan masa kerja dengan di imbangi pemberian nutrisi untuk kesehatan terutama kesehatan tulang karena jika tulang kuat maka

sistem otot juga akan bekerja dengan baik tanpa keluhan nyeri punggung bawah.

5. Pengaruh Indeks Massa Tubuh terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Penelitian ini menemukan indeks masa tubuh perawat Rs Bhayangkara di dominasi oleh Indeks masa tubuh normal . Untuk perawat yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah adalah perawat dengan indeks massa tubuh normal (81,4%). Hal ini membuktikan bahwa dengan indeks massa tubuh yang normal, juga akan mengalami keluhan apabila tidak bekerja dengan memperhatikan kesehatan dan keselamatan kerja.

Penelitian ini sejalan dengan Wahyuni (2016), bahwa hasil uji statistik yang dilakukan memiliki *p-value* (0,011) < 0,05 artinya ada hubungan pengaruh IMT dengan keluhan LBP.¹⁵ Namun, hasil berbeda pada penelitian yang dilakukan oleh Ningsih (2017) pada perawat Rawat Inap Rumah Sakit X Kerinci. Hasil uji statistik diperoleh nilai *p* = 0,132 berarti nilai *p* > 0,05, maka hipotesis nol (Ho) gagal ditolak. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara IMT terhadap keluhan *low back pain*.¹⁶

Peneliti ini menyimpulkan bahwa dengan adanya indeks masa tubuh yang tidak normal akan mempengaruhi produktifitas kerja terutama saat melakukan pekerjaan. Oleh karena itu di sarankan untuk menjaga pola makan dan berolaga teratur di saat tidak sedang bekerja.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang analisis faktor yang mempengaruhi keluhan nyeri punggung bawah pada perawat di RS. Bhayangkara Tk. III Kendari, dapat disimpulkan terdapat pengaruh antara beban kerja, aktivitas fisik, posisi tubuh, masa kerja dan indeks massa tubuh dengan terjadinya keluhan nyeri punggung bawah pada perawat di Rs. Bhayangkara Tk. III Kendari tahun 2023. Variabel yang paling berpengaruh terhadap keluhan nyeri punggung bawah pada perawat di RS. Bhayangkara Tk. III Kendari adalah aktivitas fisik.

Penelitian ini menyarankan untuk pihak rumah sakit Mengadakan sarana oksigen sentral untuk membantu mengurangi beban perawat yang mengakibatkan keluhan nyeri punggung bawah. Melakukan kegiatan *medical check-up* setiap enam bulan untuk melihat perkembangan kesehatan perawat akibat aktivitas fisik sedang dan berat dari perawat, di mana hal ini yang menjadi salah satu faktor yang mengakibatkan keluhan nyeri punggung bawah. Menyediakan fasilitas ruangan yang memadai, guna mendukung posisi kerja yang baik dan ergonomi saat bekerja untuk mengurangi keluhan nyeri punggung bawah. Menyiapkan nutrisi susu yang berguna untuk kesehatan tulang pada perawat, terutama pada perawat dengan masa kerja sedang dan masa kerja lama. Sedangkan bagi peneliti selanjutnya untuk mencari faktor lain yang menjadi penyebab terjadinya keluhan nyeri punggung bawah, sehingga judul penelitian ini dapat lebih sempurna.

REFERENSI

1. Syah M. Pentingnya Keselamatan Pasien Dan Keselamatan Kesehatan Kerja Dalam Keperawatan (K3) Bagi Perawat Untuk Meningkatkan Kualitas Kerja Di Rumah Sakit. *OSF Prepr*. Published online 2020:1-10.
2. Astuti I, Rosady DS, Romadhona N, Achmad S, Kusmiati M. Nyeri Punggung Bawah serta Kebiasaan Merokok, Indeks Massa Tubuh, Masa Kerja, dan Beban Kerja pada Pengumpul Sampah. *J Integr Kesehat Sains*. 2019;1(1):74-78. doi:10.29313/jiks.v1i1.4326
3. Nuraini Y. Hubungan Faktor Ergonomi Dengan Risiko Kejadian Low Back Pain di Lingkungan Kerja Suku Dinas Kesehatan Jakarta Timur Tahun 2023. 2023;3:3216-3230.
4. AZ R, Dayani H, Maulani M. Masa Kerja, Sikap Kerja Dan Jenis Kelamin Dengan Keluhan Nyeri Low Back Pain. *REAL Nurs J*. 2019;2(2):66. doi:10.32883/rnj.v2i2.486
5. Kasih B. Hubungan Usia, Beban Kerja, Posisi Tubuh, Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Low Back Pain Pada Perawat Pelaksana Di RS EMC Sentul Tahun 2023. *J Pengabd Ilmu Kesehat*. 2023;3(2). <https://ejurnal.politeknikpratama.ac.id/index.php/JPIKes/article/view/2235>
6. Novisca et al 2021. Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan. *Indones J Public Heal Community Med*. 2021;2(1):21-26.
7. Wahyuni AAIP. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. *Kementeri Kesehat RI*. Published online 2022. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1222/gula-si-manis-yang-menyebabkan-ketergantungan
8. Segita R, Tinggi S, Kesehatan I, De F, Bukittinggi K. Analisis Faktor terjadinya Low Back Pain di Rumah Sakit Kota Bukittinggi. *J Endur Kaji Ilm Probl Kesehat*. 2020;5(3):624-635. <http://doi.org/10.22216/jen.v5i3.4220>
9. Kurniawidjaja LM, Purnomo E, Maretti N, Pujiriani I. Pengendalian Risiko Ergonomi Kasus Low Back Pain pada Perawat di Rumah Sakit. *Maj Kedokt Bandung*. 2014;46(4):225-233. doi:10.15395/mkb.v46n4.342
10. Astuti MS. Analisis Prevalensi Low Back Pain Pada Perawat Di Dunia : Literature Review. *JPK J Penelit Kesehat*. 2022;12(1):27-33. doi:10.54040/jpk.v12i1.230
11. Yanwat Rs. Bhayangkara Kendari. PROGRAM KERJA RAWAT INAP EDELWEIS. Published online 2023.
12. Karyati S, Maryani W. Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan LBP pada Perawat di Ruang Rawat Dalam dan bedah Rumah Sakit Umum Daerah RAA Soewondo Pati. Published online 2019:869-877.
13. Katuuk ME, Karundeng M. Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Nyeri Punggung Bawah Pada Perawat Di Rumah Sakit Umum Daerah Luwuk Banggai. *J Keperawatan*. 2019;7(1). doi:10.35790/jkp.v7i1.25208
14. Ade Setiawan M, Herniwanti H, Mitra M, Maharani R, Ikhtiyaruddin I. The Relationship Of Characteristics And Work Attitude With Low Back Pain Complaints On Nurse Of Regional Public Hospital Petala Bumi Riau Province 2022. *J Olahraga dan Kesehat*. 2022;1(2):424-436. doi:10.56466/orkes/vol1.iss2.35
15. Setyawan MF, Wahyuni S. Hubungan Antara Sikap Kerja Dan Masa Kerja Dengan Gangguan Fungsional Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Tenaga Punggul. Published online 2016.

- <https://eprints.ums.ac.id/id/eprint/44084>
16. Ningsih KW. Keluhan Low Back Pain Pada Perawat Rawat Inap RSUD Selasih Pangkalan Kerinci. *J Ipteks Terap.* 2017;11(1):75. doi:10.22216/jit.2017.v11i1.1466