

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1. Hasil Penelitian

4.1.1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Galeri Ulos Sianipar terletak di Jl. Arif Rahman Hakim Gang. Pendidikan, Medan. Galeri Ulos Sianipar merupakan salah satu pusat kerajinan tekstil songket tradisional dan ulos suku batak. Pada tahun 1993, awal pertenunan ini berdiri kapasitas pembuatan ulos rata-rata masih menghasilkan kurang lebih 17 lembar ulos perhari. Lalu dua tahun setelahnya, tepatnya pada tahun 1995 pertenunan ini dapat menghasilkan ulos dengan rata-rata 120 lembar ulos perhari.

Dari tahun 1993 pertenunan ini belum menghasilkan songket, hingga sampai pada tahun 1997 pertenunan ini baru menghasilkan songket dengan rata-rata lembaran songket yang dihasilkan dalam sehari mencapai 15 lembar. Terjadi penurunan jumlah tenaga kerja pada tahun 2013, sehingga kapasitas dalam pembuatan songket dan ulos perharinya menurun, untuk pembuatan ulos hanya mencapai kurang lebih 40 lembar dalam sehari dan songket hanya dihasilkan kurang lebih 1 lembar perhari.

Pada awal berdirinya pertenunan ini, penenun yang ada sebanyak 17 orang dan terus bertambah mencapai 120 orang pada tahun 1995, lalu mengalami pengurangan mencapai 60 orang pada tahun 2013 yaitu 7 orang merupakan penenun songket dan 53 orang merupakan penenun ulos. Kurangnya minat masyarakat untuk menenun songket dan ulos tradisional yang menjadi penyebab pengurangan penenun. Saat ini, lebih dari 400 orang jumlah para penenun yang tidak diketahui

secara pasti dimana lokasi pertenunan lainnya.

Pada awalnya, para penenun sendiri yang mewarnai benang yang digunakan sebagai bahan dalam pembuatan songket dan ulos. Namun, pada akhirnya pembuatan benang sendiri ini dihentikan dan selanjutnya benang dibeli dari jenis benang yang telah diwarnai yang didistribusikan dari Pulau Jawa, hal ini dikarenakan pembuatan benang menghasilkan limbah. Produk unggulan adalah bahan ulos motif, yang dapat digunakan sebagai pakaian sehingga dapat digunakan dalam kegiatan apa pun.

Kemudian produk unggulan selanjutnya yaitu songket ulos motif, produk ini adalah sebuah sarung dengan selendang, baik wanita muda maupun wanita tua dapat memakai produk ini. Songket ini biasanya digunakan pada pernikahan, kematian, dan acara adat lainnya. Pertenunan Ulos Sianipar terbagi menjadi 4 ruangan untuk menenun, yaitu ruangan A, B, C dan D. Pertenunan ini menghasilkan beragam jenis ulos yaitu berbagai jenis ulos batak lainnya, Songket, Ulos Angkola, Ulos Ragi Hidup, Ulos Ragi Hotang dan Ulos Sadum. Galeri Ulos Sianipar telah menerima berbagai penghargaan:

1. Dari Gubernur Sumatera Utara dan Walikota Medan pada tahun 1993, 1995, 1999, 2006, 2012, 2013, dan 2017.
2. Dari Dinas Perindustrian dan Perdagangan Kota Medan pada tahun 2012 dan 2013.
3. Dari Walikota Medan pada tahun 2013 sebanyak 2 buah.
4. Dari Dinas Koperasi Kota Medan tahun 2013 sebanyak 2 buah.
5. Penghargaan Stand Terbaik Pameran UMKM Nasional 2013 di Lapangan Merdeka.

6. Dari Suku Dinas Kebudayaan Jakarta Selatan pada tahun 2013.
7. Penghargaan Harapan 2 Stand Pameran MTQ Ke-46 Tingkat Kota Medan Tahun 2013.
8. Penghargaan Stand Terbaik 1 UMKM Kota Medan Tahun 2013.
9. Penghargaan Lomba Stand Terbaik Kategori Umum HARKOPNAS 2014.
10. Penghargaan Ulos Terpanjang di Dunia / Rekor Muri Tahun 2014.
11. Penghargaan INAKRAF Tahun 2014, 2015, dan 2016.
12. Penghargaan SIDDHAKARYA Kualitas dan Produktivitas 2015.
13. Penghargaan Paramakarya Kualitas dan Produktivitas Tahun 2017 dari Wakil Presiden Indonesia.
14. Penghargaan 1ST Best UMKM Expo 2019.
15. Penghargaan Trade Expo Digital Edition 2021.
16. Penghargaan CHSE Tahun 2021 dari Kemenparekraf.
17. Penghargaan Pelatihan Vocational Pengembangan Marketing Mix 2021 dari KEMENKOP UKM.
18. Dari Brillian Preneur UMKM Favorit Sosial Media Tahun 2021.
19. Pada Tahun 2023 memenangkan Penghargaan Jaminan Sosial Ketenagakerjaan (Paritrana Award).

4.1.2. Analisis Univariat

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi dan Persentase Karakteristik Responden

Umur	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Remaja Awal (12-16)	3	4,6
Remaja Akhir (17-25)	9	13,8
Dewasa Awal (26-35)	3	4,6
Dewasa Akhir (36-45)	15	23,1
Lansia Awal (46-55)	30	46,2
Lansia Akhir (56-65)	5	7,7
Total	65	100

Masa Kerja	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1-10	36	55,4
11-20	18	27,7
21-31	11	16,9
Total	65	100

Berdasarkan Tabel 4.1 ditemukan umur penenun yang memiliki kategori remaja awal sebanyak 3 orang (4,6%), kategori remaja akhir sebanyak 9 orang (13,8%), kategori dewasa awal yaitu sebanyak 3 orang (4,6%), kategori dewasa akhir yaitu sebanyak 15 orang (23,1%), sebanyak 30 orang memiliki kategori lansia awal (46,2%) dan lansia akhir sebanyak 5 orang (7,7%). Tabel diatas juga menjelaskan mengenai masa kerja penenun yaitu sebanyak 36 orang (55,4%) memiliki masa kerja 1-10 tahun, 18 orang (27,7%) memiliki masa kerja 11-20 tahun dan 11 orang (16,9%) memiliki masa kerja 21-31 tahun.

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi dan Persentase Hasil Pengukuran Tingkat Risiko Postur Kerja

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Risiko Sedang	28	43,1
Risiko Tinggi	37	56,9
Total	65	100

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukkan bahwa postur kerja penenun yang paling banyak ditemukan berada pada tingkat risiko tinggi yaitu (56,9%) atau sebanyak 37 orang dan risiko sedang yaitu (43,1%) atau sebanyak 28 orang.

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi dan Persentase Keluhan *Low Back Pain*

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Minimal	3	4,6
Sedang	9	13,8
Berat	39	60
Sangat Berat	14	21,5
Total	65	100

Berdasarkan Tabel 4.3 menunjukkan bahwa kategori keluhan *low back pain* minimal sebanyak 3 orang (4,6%), sebanyak 9 orang (13,8%) dengan kategori sedang, sebanyak 39 orang (60%) dengan kategori berat, kategori sangat berat sebanyak 14 orang (21,5%).

4.1.3. Analisis Bivariat

1. Uji Prasyarat

a) Uji Normalitas Data

Untuk menentukan dan mengetahui apakah data tersebut berdistribusi normal atau tidak normal, maka diperlukan uji normalitas data.

Tabel 4. 4 Uji Normalitas *Kolmogorov-Smirnov* Postur Kerja Terhadap Keluhan *Low Back Pain*

Uji <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	Unstandarized Residual	Keterangan
Nilai <i>Kolmogorov-Smirnov</i>	0,924	Normal
Sig.	0,361	

Berdasarkan Tabel 4.4 menunjukkan bahwa nilai *Asymp. Sig.* sebesar 0,361 yang berarti lebih besar dari 0,05, maka dapat diambil kesimpulan bahwa data tersebut terdistribusi normal.

b) Uji Linearitas

Selanjutnya setelah data berdistribusi normal, untuk mengetahui dua variabel memiliki hubungan linear yang signifikan atau tidak maka diperlukan uji linearitas.

Tabel 4. 5 Uji Linearitas

	F	Sig.	Keterangan
<i>Deviation from Linearity</i>	0,525	0,718	Linear

Berdasarkan Tabel 4.5 menunjukkan bahwa nilai *Deviation from Linearity Sig.* lebih besar dari 0,05 yaitu 0,718. Diperoleh nilai F hitung adalah $0,525 < 2,53$ (F tabel). Dapat diambil kesimpulan bahwa secara signifikan antara postur kerja dengan keluhan *low back pain* ada hubungan yang linear.

2. Uji Korelasi *Pearson Product Moment*

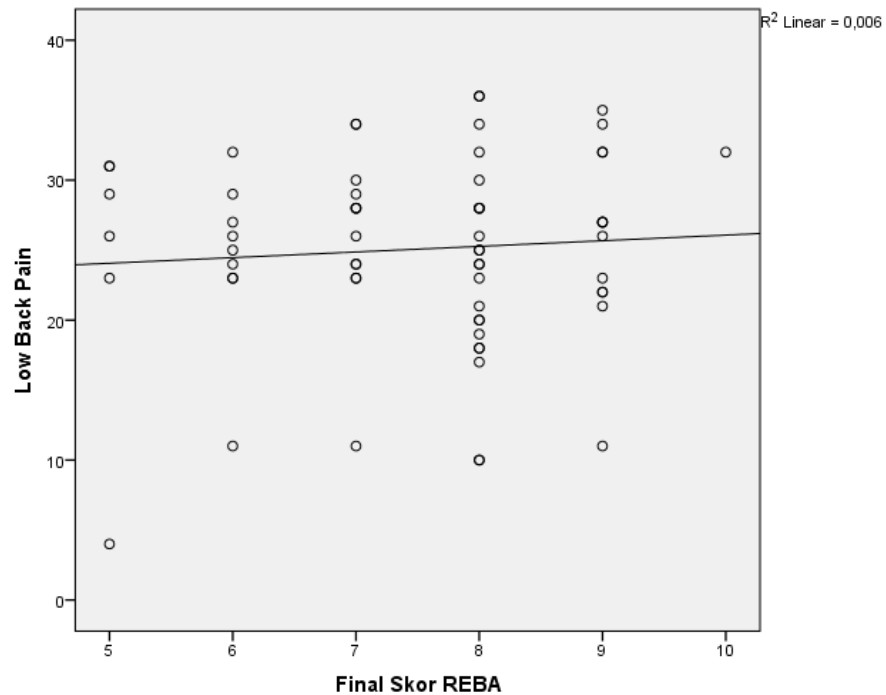
Setelah melewati tahap-tahap uji prasyarat dan dari pengumpulan data yang berhasil dikumpulkan, tahap selanjutnya untuk melihat ada atau tidak pengaruh postur kerja terhadap keluhan *low back pain* maka dilakukan uji hipotesis penelitian.

Tabel 4. 6 Uji Korelasi *Pearson Product Moment*

Variabel	P-value	r	r ²	Keterangan
Postur Kerja Keluhan <i>Low Back Pain</i>	0,277	0,075	0,006	Sangat lemah

Sumber: Data Primer, 2024

Dari Tabel 4.6 diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,277 dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,088. Dapat disimpulkan tidak ada pengaruh signifikan antara postur kerja terhadap keluhan *low back pain*, dikarenakan $0,277 > 0,05$. Dan tidak ada korelasi antara postur kerja dengan keluhan *low back pain*, karena nilai r hitung sebesar $0,075 < 0,244$ (r tabel),. Adapun kekuatan pengaruh variabel postur kerja dan keluhan *low back pain* adalah sangat lemah.



Gambar 4. 1 Scatter Plot

Berdasarkan Gambar 4.1 garis regresi mengarah kekanan atas menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang samar antara postur kerja dan keluhan *low back pain*. Dari diagram *scatter plot* tersebut menunjukkan kekuatan korelasi yang dimiliki yaitu sangat lemah.

4.2. Pembahasan

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa semua penenun di Galeri Ulos Sianipar berjenis kelamin perempuan. Rata-rata para penenun tidak hanya sebagai ibu rumah tangga tetapi bagi penenun yang sudah menikah juga bekerja sebagai pencari nafkah, sedangkan bagi para remaja yang masih sekolah dan kuliah, bertenun adalah cara untuk mengembangkan bakat dan menghasilkan uang saku. Usia paling muda adalah remaja berusia 13 tahun dan usia tertua adalah 65 tahun. Masa kerja para penenun berkisar dari satu tahun hingga tiga puluh satu tahun (dari

awal berdirinya pertenunan Ulos Sianipar). Adapun suku para penenun terdiri dari suku batak dan nias.

4.2.1. Postur Kerja Para Penenun di Galeri Ulos Sianipar

Postur kerja adalah postur tubuh yang digunakan seorang pekerja saat melakukan tugas-tugas pekerjaan. Postur kerja dapat sering diubah ataupun dipertahankan untuk waktu yang lama oleh seorang pekerja (Roman-Liu, 2020). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada 65 penenun, ditemukan bahwa postur kerja yang paling banyak dialami oleh para penenun berada di tingkat risiko tinggi yaitu pada skor 8-10 sebanyak 37 orang (56,9%) dan risiko sedang yaitu pada skor 4-7 sebanyak 28 orang (43,1%). Penenun di Galeri Ulos Sianipar bekerja dengan batang tubuh cenderung membungkuk, leher menunduk, kaki melakukan gerakan seperti mendayung sepeda serta tangan yang bergerak secara berulang-ulang dengan gerakan menekuk dan lurus untuk menarik sisir tenun.

Dalam menghitung tingkat risiko pada penelitian ini, postur tubuh yang digunakan adalah postur tubuh penenun ketika menarik sisir tenun sambil menginjak kayu, atau gerakan melandas. Postur ini dipilih berdasarkan wawancara dengan penenun dan observasi awal. Hal ini ditentukan sesuai dengan kriteria pemilihan instrumen REBA, yaitu yang paling banyak mengeluarkan tenaga, postur dan tugas kerja yang paling menantang, atau yang dipertahankan dalam waktu yang paling lama (Middlesworth, 2017).

Untuk mendekatkan motif dan benang pakan yang telah terbentuk untuk menciptakan ruang-ruang antara motif yang berbeda maka dilakukan gerakan melandas atau tahapan menarik sisir tenun. Gerakan melandas adalah tahap pembentukan kain tenun untuk membentuk satu kain ulos yang utuh.



Gambar 4. 2 Postur Kerja Salah Satu Penenun

Gambar 4.1 merupakan gambar postur kerja yang dimiliki salah satu penenun. Perhitungan postur kerja pada penenun tersebut dimulai dari grup A yaitu menghitung kaki, leher dan batang tubuh. Pada batang tubuh sudut membentuk 25° sehingga mendapatkan skor 3. Pada leher sudut membentuk 32° mendapatkan skor 2 (terdapat penambahan skor +1 untuk leher yang memutar/miring ke samping), sehingga bagian leher mendapatkan skor 3. Pada bagian kaki mendapatkan skor 1 dengan kaki tertopang (terdapat penambahan skor +2 karena lutut para penenun fleksi $>60^\circ$), sehingga skor pada bagian kaki adalah 3. Dari hasil perhitungan grup A didapati hasil skor A adalah 7.

Tabel 4. 7 Skor Postur Kerja Grup A Penenun

Badan	Leher											
	1				2				3			
	Kaki											
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	1	2	3	4	1	2	3	4	3	3	5	6
2	2	3	4	5	3	4	5	6	4	5	6	7
3	2	4	5	6	4	5	6	7	5	6	7	8

Selanjutnya menghitung postur pergelangan tangan, lengan bawah dan lengan atas (grup B). Sudut membentuk 58° sehingga mendapatkan skor 3 untuk bagian lengan atas. Sudut membentuk 20° untuk bagian pergelangan tangan sehingga mendapatkan skor 2. Sudut membentuk 110° untuk bagian lengan bawah sehingga mendapatkan skor 2. Berdasarkan perhitungan grup B didapati hasil skor B yaitu 5.

Tabel 4. 8 Skor Postur Kerja Grup B Penenun

Lengan atas	Lengan bawah					
	1			2		
	Pergelangan tangan					
	1	2	3	1	2	3
1	1	2	2	1	2	3
2	1	2	3	2	3	4
3	3	4	5	4	5	5

Mendapatkan skor C dalam tabel berikut untuk menghitung hasil skor A dan skor B.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

Tabel 4. 9 Skor C Penenun

Skor A	Skor B					
	1	2	3	4	5	6
1	1	1	1	2	3	3
2	1	2	2	3	4	4
3	2	3	3	3	4	5
4	3	4	4	4	5	6
5	4	4	4	5	6	7
6	6	6	6	7	8	8
7	7	7	7	8	9	9

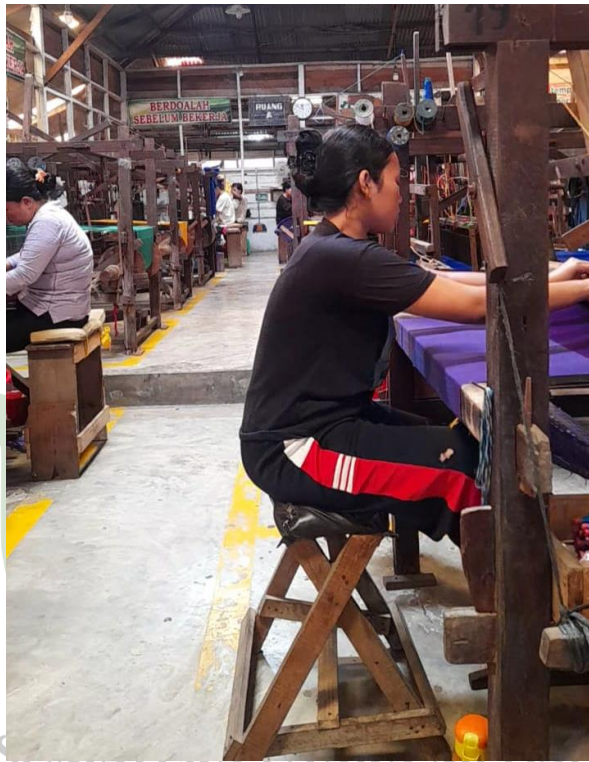
Berdasarkan Tabel 4.9 menunjukkan bahwa skor C postur kerja penenun tersebut adalah 9, kemudian menambahkan skor C dengan skor aktivitas untuk menghitung *final score* REBA, skor aktivitas yang didapat ialah 1 karena penenun tersebut lebih dari empat kali melakukan gerakan berulang-ulang dalam satu menit. Dapat diambil kesimpulan bahwa skor akhir postur kerja penenun tersebut yaitu $9+1=10$, penenun tersebut bekerja dengan postur berisiko tinggi.

Tingginya tingkat risiko postur kerja para penenun juga disebabkan karena kursi yang digunakan tidak mengikuti tinggi badan para penenun serta tidak memiliki sandaran. Terdapat beberapa penenun menggunakan bantalan pada kursinya, yang mana hal tersebut membuat kursi para penenun menjadi bertambah semakin tinggi. Bantalan kursi ini merupakan upaya yang dilakukan untuk mengurangi rasa sakit pada bokong yang disebabkan oleh duduk lama, tetapi berdasarkan observasi belum semua penenun mendapatkan bantalan kursi ini.



Gambar 4. 3 Kursi Yang Digunakan Penenun (1)

Berdasarkan Gambar 4.2, sebagian dari para penenun yang memiliki proporsi badan tinggi (kiri), harus membungkuk dan kursi dimundurkan agak jauh ke belakang, dengan tujuan agar jangkauan tangan dan kaki penenun berada dalam posisi pas. Sementara bagi penenun yang tidak bertubuh tinggi (kanan), kursi kerap terdorong/miring ke belakang pada tahap melandas, hal ini yang menyebabkan penenun bekerja dengan posisi sedikit membungkuk.



Gambar 4. 4 Kursi Yang Digunakan Penenun (2)

Berdasarkan Gambar 4.3, hasil pengamatan secara langsung menemukan terdapat salah satu penenun yang menggunakan kursi sesuai dengan proporsi tubuh yang dimilikinya. Kursi yang dimiliki oleh penenun ini berbeda dengan kursi yang dimiliki dengan penenun lainnya. Meskipun batang tubuh yang cenderung membungkuk akibat pekerjaan tidak bisa dihindari, tetapi dengan kursi yang tepat

untuk proporsi tubuh, postur kerja yang berisiko tinggi dapat sedikit dikurangi atau dihindari.

Kursi yang digunakan tidak ergonomis dapat menyebabkan ketidaktepatan posisi tubuh saat bekerja. Terlalu tingginya kursi yang digunakan untuk duduk dan tidak memiliki sandaran juga bisa menyebabkan nyeri punggung bagian bawah. Kursi kerja yang digunakan oleh karyawan bagian tenun sarung ATBM JAWA Beji berada di bawah standar, kursi kerja yang tidak ergonomis digunakan sebanyak 20 penenun (60,6%). Posisi tubuh buruk dan gangguan kesehatan bagi pekerja karena secara terus-menerus memberikan beban statis pada bagian tubuhnya disebabkan oleh kursi kerja yang tidak ergonomis. Tempat duduk penenun adalah tempat duduk yang berbentuk kotak, terbuat dari kayu, ketinggian tempat duduk tidak dapat diubah, tidak mempunyai sandaran serta tempat duduk tidak mengikuti prinsip ergonomis (Putri, 2020).

4.2.2. Keluhan *Low Back Pain* Para Penenun di Galeri Ulos Sianipar

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kepada 65 penenun mengenai *low back pain*, ditemukan bahwa 3 penenun (4,6%) mengalami *low back pain* pada tingkat minimal, sebanyak 9 penenun (13,8%) pada tingkat sedang, sebanyak 39 penenun (60%) pada tingkat berat dan 14 penenun pada tingkat sangat berat (21,5%).

Nyeri di antara tepi bawah pantat dan tulang rusuk dikenal sebagai nyeri punggung bawah. Nyeri punggung bawah dapat membuat sulit bergerak, memengaruhi kualitas hidup, kesehatan mental serta membatasi aktivitas kerja (World Health Organization, 2023).

Nyeri punggung bawah berhubungan dengan pekerja tenun karena penenun bekerja dengan gerakan yang berulang-ulang dan dengan mengangkat, membawa, menarik dan mendorong, atau membungkukkan tubuh secara sering dalam jangka panjang. Secara bertahap, beban pada otot meningkat dikarenakan elastisitas jaringan menurun, sehingga timbul nyeri pada punggung bagian bawah akibat buruknya ergonomi atau postur bekerja (Siregar & Harahap, 2024)

Berdasarkan wawancara kepada para penenun, nyeri punggung bawah yang kerap dirasakan sering terjadi saat para penenun sedang bekerja, juga saat telah selesai bekerja, lebih tepatnya saat malam hari. Nyeri yang dirasakan para penenun membuat kualitas tidur mereka terganggu. Rata-rata, penenun mengalami nyeri punggung bawah yang ringan atau sedang setiap harinya namun ada saat-saat ketika nyeri menjadi berat atau kambuh. Meskipun nyeri tetapi para penenun masih dapat melakukan aktivitas pekerjaannya.

Berdasarkan hasil wawancara, ketika nyeri yang dialami penenun menjadi berat, beberapa penenun memilih untuk melakukan terapi. Hal tersebut dilakukan karena saat nyeri punggung bawah kambuh, maka nyeri yang dirasakan sampai mengganggu aktifitas harian, tidak hanya kualitas tidur yang terganggu tetapi aktifitas mengangkat benda, pekerjaan rumah, duduk, berdiri bahkan sampai kehidupan sosial.

4.2.3. Pengaruh Postur Kerja Terhadap Keluhan *Low Back Pain* Pada Pekerja Tenun

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada pekerja tenun di Galeri Ulos Sianipar, ditemukan bahwa tidak ada pengaruh antara postur kerja terhadap keluhan *low back pain* ($0,277 > 0,05$). Sejalan dengan penelitian Arham & Putri

(2023) pada penenun di Desa Pringgasela Kabupaten Lombok Timur menunjukkan nilai p-value yaitu 0,931, artinya tidak ada hubungan antara sikap kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa proporsi penenun dengan kategori LBP berat tidak memiliki perbedaan yang jauh dengan resiko sikap kerja yang berada pada kategori tinggi maupun sikap kerja yang berada kategori rendah.

Penelitian lain oleh Mahfud (2023) juga menunjukkan bahwa pada penenun Sarung Buton di Kota Baubau Sulawesi Tenggara ditemukan tidak adanya hubungan posisi duduk terhadap keluhan *low back pain*, dengan nilai p-value yaitu 0,819. Posisi duduk yang dimiliki oleh para penenun merupakan posisi duduk dengan risiko rendah dan sedang, serta dari 63 penenun tidak semua mengalami keluhan LBP, hanya 51 penenun yang mengalami keluhan nyeri tersebut.

Penelitian lain oleh Simatupang (2019), menyatakan bahwa pada penenun ulos di Desa Lumban Suhi-Suhi Samosir tidak adanya hubungan posisi bekerja dengan nyeri punggung bawah ($0,367 > 0,05$). Posisi kerja para penenun berada pada tingkat risiko tinggi, bahkan sebagian penenun bekerja dalam posisi yang berisiko sangat tinggi, tetapi *low back pain* yang dialami oleh para penenun mayoritas dalam kategori minimal dan sedang.

Dalam waktu yang lama melakukan posisi bekerja statis, gerakan berulang, duduk dengan punggung membungkuk, secara teoritis dapat menyebabkan nyeri punggung bawah. Berbeda dengan penelitian ini, postur kerja para penenun tidak berpengaruh terhadap keluhan LBP. Postur kerja yang dilakukan oleh para penenun merupakan postur kerja dengan risiko sedang dan tinggi, meskipun mayoritas LBP berada pada kategori berat, tetapi nyeri punggung bawah yang dialami ini

merupakan nyeri yang sudah dianggap biasa oleh para penenun. Oleh karena itu, tidak ergonomisnya postur yang dimiliki ternyata tidak berpengaruh dengan nyeri punggung bawah, hal ini dapat terjadi karena para penenun sudah beradaptasi dengan postur kerja yang berisiko tinggi tersebut.

Berdasarkan wawancara, keluhan nyeri punggung bawah bukanlah satu-satunya nyeri otot yang dialami oleh para penenun, adanya keluhan nyeri otot lain yang dirasakan oleh para penenun tepatnya yaitu nyeri pada kaki. Penenun sering mengalami nyeri pada kaki karena saat bekerja kaki para penenun bergerak terus-menerus dalam waktu yang lama. Seiring bertambahnya usia persendian biasanya mengalami penurunan rentang gerak sehingga dapat meningkatkan risiko terjadinya nyeri pada otot yang disebabkan karena penurunan kapasitas kerja. Terbukti dengan penelitian Sunantara et al. (2022), yaitu sebanyak 28 orang perempuan dalam kategori otot tungkai kurang sekali.

Penelitian yang dilakukan oleh Mandaha et al. (2022) sejalan dengan penelitian ini, keluhan sangat sakit dialami oleh penenun di Sumba Timur selain pinggang adalah kaki bagian kanan dan kiri. Penelitian yang dilakukan oleh Rika et al. (2022), keluhan nyeri pada kaki juga dialami oleh penenun di Desa Ternate, Nusa Tenggara Timur. Nyeri pada betis juga dialami oleh penenun ulos di Tapanuli Utara, berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Simorangkir et al. (2021) sebanyak 20 penenun ulos mengalami keluhan nyeri pada kaki.

Para penenun mempunyai motivasi yang tinggi untuk memproduksi kain secara cepat dan dalam jumlah banyak agar mendapatkan upah/gaji, karena bertenun merupakan sumber pendapatan bagi mereka. Para penenun sering mengabaikan rasa sakit akibat posisi kerja yang tidak ergonomis, dan seluruh

penenun menyatakan bahwa mereka mengatasi nyeri punggung bawah dengan banyak minum air putih. Apabila nyeri timbul saat bekerja biasanya para penenun akan berhenti bekerja sebentar guna mengistirahatkan tubuhnya. Sebagian penenun yang mengalami nyeri punggung bawah berat juga rutin melakukan terapi. Adapun upaya yang diberikan oleh perusahaan yaitu bekerja sama dengan Puskesmas dengan melakukan senam dan pemeriksaan kesehatan bagi para penenun setiap bulannya.

4.2.4. Pengaruh Postur Kerja Terhadap Keluhan *Low Back Pain* Pada Penenun Menurut Pandangan Islam

Ada kemungkinan terjadinya penyakit akibat kerja dan kecelakaan pada setiap pekerjaan, Allah SWT menyediakan lapangan pekerjaan bagi umatnya untuk memenuhi kebutuhan mereka. Masalah muskuloskeletal diakibatkan oleh dalam jangka waktu lama melakukan postur kerja yang tidak ergonomis dan ketegangan otot, keluhan yang berhubungan dengan sistem muskuloskeletal salah satunya nyeri punggung bawah. Jika diuraikan dalam ajaran Islam, Al-Quran memberikan panduan umum atau prinsip agar menjaga gaya hidup sehat dan bekerja dengan rasa tanggung jawab. Prinsip-prinsip tersebut secara tidak langsung dapat diterapkan pada pentingnya menerapkan postur kerja yang tepat untuk mencegah terjadinya gangguan muskuloskeletal salah satunya ialah *low back pain* dan juga dapat meningkatkan kesehatan secara keseluruhan. Pada Pengaruh Postur Kerja Terhadap Keluhan *Low Back Pain* Pada Penenun Menurut Pandangan Islam akan dikaitkan dengan 4 hal yaitu, ayat Al-Qur'an, Hadist, Kaidah Fiqih, dan Maqasyid Syariah yaitu;

a) **Ayat Al-Qur'an Mengenai Pengaruh Postur Kerja Terhadap Keluhan *Low Back Pain***

Al-Qur'an memberikan prinsip mempertahankan gaya hidup sehat dengan penekanan pada kesejahteraan fisik. Seperti firman Allah SWT dalam QS. al-Ma'idah/5: 87

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَحْرِمُوا طَيِّبَاتِ مَا أَحَلَّ اللَّهُ لَكُمْ وَلَا تَعْتَدُوا إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْمُعْتَدِينَ

Terjemahan:

“Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah kamu mengharamkan apa yang baik yang telah dihalalkan Allah kepadamu, dan janganlah kamu melampaui batas. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang melampaui batas”

Firman Allah SWT juga tertuang pada QS. An-Nisa'/4:29

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ تِجَارَةً عَنْ تَرَاضٍ مِّنْكُمْ وَلَا تَقْتُلُوا
 أَنْفُسَكُمْ إِنَّ اللَّهَ كَانَ بِكُمْ رَحِيمًا

Terjemahan:

“Wahai orang-orang yang beriman, janganlah kamu memakan harta sesamamu dengan cara yang batil (tidak benar), kecuali berupa perniagaan atas dasar suka sama suka di antara kamu. Janganlah kamu membunuh dirimu. Sesungguhnya Allah adalah Maha Penyayang kepadamu”

Pentingnya menjaga kesehatan tubuh dengan menghindari menyakiti diri sendiri ditekankan dalam ayat tersebut. “Jangan melampaui batas” dan “jangan membunuh diri sendiri” jika dihubungkan dengan penelitian ini, maka dapat diartikan bahwa postur kerja harus dilakukan dengan benar ketika bekerja karena

sangat penting untuk menjaga kesehatan fisik dan mencegah cedera akibat kerja Islam melarang menyakiti orang lain atau diri sendiri. Ketidaktepatan postur kerja dapat menyebabkan masalah kesehatan jangka panjang yang dapat menyebabkan berbagai penyakit di masa depan, seperti nyeri punggung bawah, yang dapat dianggap sebagai bentuk menyakiti diri sendiri.

Firman Allah SWT pekerjaan harus dilakukan sesuai dengan kemampuan tubuh yang dimiliki oleh para pekerja tertuang pada QS. Az-Zumar ayat 39

قُلْ يٰقَوْمِ اَعْمَلُوا عَلٰى مَكَانَتِكُمْ اِنِّىْ عَمِلٌ قٰسٍوَف تَعْلَمُوْنَ

Terjemahan:

“Katakanlah, “Wahai kaumku, berbuatlah menurut kedudukanmu! Sesungguhnya aku pun berbuat (demikian). Kelak kamu akan mengetahui”.”

Firman Allah SWT juga tertuang pada QS. Al-Baqarah ayat 286 yaitu

لَا يُكَلِّفُ اللّٰهُ نَفْسًا اِلَّا وُسْعَهَا لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا اِنْ نَسِينَا اَوْ اَخْطَاْنَا رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا اِصْرًا كَمَا حَمَلْتَهُ عَلٰى الَّذِيْنَ مِنْ قَبْلِنَا رَبَّنَا وَلَا تُحْمِلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهٖ وَاَعْفُ عَنَّا وَاغْفِرْ لَنَا وَاَرْحَمْنَا اَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلٰى الْقَوْمِ الْكٰفِرِيْنَ

Terjemahan:

“Allah tidak membebani seseorang, kecuali menurut kesanggupannya. Baginya ada sesuatu (pahala) dari (kebajikan) yang diusahakannya dan terhadapnya ada (pula) sesuatu (siksa) atas (kejahatan) yang diperbuatnya. (Mereka berdoa,) “Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau hukum kami jika kami lupa atau kami salah. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau bebani kami dengan beban yang berat sebagaimana Engkau bebani kepada orang-orang sebelum kami. Wahai Tuhan kami, janganlah Engkau pikulkan kepada kami apa yang tidak sanggup kami memikulnya.

Maafkanlah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkaulah pelindung kami. Maka, tolonglah kami dalam menghadapi kaum kafir”.”

Allah SWT dalam ayat tersebut menegaskan manusia harus bertindak dengan menyesuaikan keadaan dan tidak akan membebani seseorang diluar dari batas kemampuan yang dimilikinya. Manusia harus memperhitungkan keadaan, kekuatan, dan kemampuannya ketika bekerja. Manusia diperintahkan oleh Allah SWT untuk bekerja sesuai dengan keadaannya, agar dirinya sendiri dan orang lain tidak mengalami kerugian. Dalam konteks penelitian ini, para penenun harus bekerja sesuai dengan kemampuan tubuhnya sendiri, yaitu menjaga postur kerja yang baik semampunya agar terhindar dari keluhan nyeri otot. Adapun keluhan sakit punggung yang dialami oleh penenun karena penenun tersebut dapat mengatasinya agar tidak terjadi lagi dan menerima keluhan tersebut.

b) Hadist Mengenai Pengaruh Postur Kerja Terhadap Keluhan *Low Back Pain*

Dari Ibnu Abbas *radhiyallahu ‘anhuma*, Rasulullah *shallallahu ‘alaihi wasallam* bersabda:

نِعْمَتَانِ مَغْبُورٌ فِيهِمَا كَثِيرٌ مِنَ النَّاسِ : الصِّحَّةُ وَالْفَرَاغُ

“Dua nikmat yang banyak manusia lalaikan di dalamnya, yaitu: kesehatan dan waktu luang.” (HR. Bukhari)

Bahwa manusia kerap lalai dijelaskan dalam hadist tersebut, kesehatan dan waktu luang merupakan dua nikmat yang diberikan Allah tetapi sering dilalaikan. Para penenun yang bekerja dengan tidak memperhatikan postur tubuhnya termasuk lalai dalam menjaga kenikmatan yang telah diberikan Allah SWT. Mengisi waktu

luang dengan beristirahat dan peregangan dapat membantu para penenun dalam mencegah terjadinya nyeri punggung bawah ataupun nyeri lainnya yang dapat timbul.

Dari Abu Said Sa'ad bin Malik bin Sinan Al Khudry *radhiyallahu 'anhu*, bahwa Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* bersabda:

عَنْ أَبِي سَعِيدٍ سَعْدِ بْنِ مَالِكِ بْنِ سِنَانَ الْخُدْرِيِّ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ ﷺ قَالَ: لَا ضَرَرَ وَلَا ضِرَارَ

“Tidak boleh melakukan sesuatu yang berbahaya dan menimbulkan bahaya bagi orang lain.” (HR. Ibnu Majjah Kitab Al Ahkam 2340)

Dalam hadist tersebut ditegaskan bahwa para penenun harus memperhatikan keselamatan dan kesehatannya dalam bekerja, karena faktor perilaku tidak aman dapat menjadi penyebab timbulnya penyakit akibat kerja. Tidak memperhatikan postur kerja yang baik saat bekerja merupakan *unsafe act*. Hadis ini secara tidak langsung juga menegaskan untuk memperlakukan tubuh dengan baik, termasuk dalam hal menjaga postur yang benar saat bekerja untuk menghindari cedera dan masalah kesehatan yaitu *low back pain* dan keluhan otot lainnya seperti nyeri pada kaki yang dialami para penenun. Baik sengaja atau tidak sengaja dan secara langsung ataupun tidak langsung, *dharar* ataupun *dharar* memiliki dampak yang buruk (Sabani, 2022)

Dari Amru bin Maimun bin Mahran, sesungguhnya Nabi Muhammad Saw berkata kepada seorang pemuda dan menasehatinya

إِغْتَنِمْ خَمْسًا قَبْلَ خَمْسٍ : شَبَابَكَ قَبْلَ هَرَمِكَ وَ صِحَّتَكَ قَبْلَ سَقَمِكَ وَ غِنَاكَ قَبْلَ فُقْرِكَ وَ فَرَاغَكَ قَبْلَ شُغْلِكَ وَ حَيَاتَكَ قَبْلَ مَوْتِكَ

“Jagalah lima hal sebelum lima hal. (1) Mudamu sebelum datang masa tuamu, (2) sehatmu sebelum datang masa sakitmu, (3) kayamu sebelum miskinmu, (4) waktu luangmu sebelum datang waktu sibukmu, (5) hidupmu sebelum matimu” (HR Al Hakim dalam Al Mustadrak-nya)

Hadis ini menekankan pentingnya menjaga kesehatan dan kesejahteraan sebelum datangnya masa sakit, termasuk melalui kebiasaan kerja yang baik dan menjaga postur tubuh. Hadis-hadis ini menekankan pentingnya menjaga kesehatan dan kesejahteraan tubuh.

Postur kerja yang buruk, seperti mengangkat beban dengan cara yang salah atau tidak ergonomisnya tubuh saat bekerja, dapat meningkatkan tekanan pada otot punggung dan tulang belakang. Hal ini mengakibatkan LBP yang serius dan bahkan cedera jangka panjang. Dengan memahami bahwa tubuh memiliki hak atas kita, kita diingatkan untuk memperlakukan tubuh dengan baik, termasuk dengan cara menjaga postur kerja yang benar untuk menghindari masalah kesehatan.

Oleh karena itu, hadis ini mengajarkan pentingnya keselarasan antara kewajiban kita dalam bekerja dengan tanggung jawab untuk menjaga kesehatan tubuh. Dengan menjaga postur kerja yang baik dan ergonomis, kita dapat melaksanakan tugas-tugas kita dengan lebih efektif dan mencegah timbulnya keluhan yang dapat mengganggu produktivitas dan kualitas hidup kita, seperti keluhan nyeri punggung bawah.

c) **Pengaruh Postur Kerja Terhadap Keluhan *Low Back Pain* Berdasarkan Maqashid Syariah dan Kaidah Fiqh**

Postur saat bekerja yang buruk dapat menyebabkan berbagai masalah seperti nyeri punggung bawah dan masalah kesehatan lainnya. Sejalan dengan maqashid

syariah pada tingkat *dharuriyat*, yang artinya kebutuhan pada tingkat ini harus terpenuhi. Berikut adalah 5 hal dalam maqashid syariah pada tingkat dharuriyat yang dapat dihubungkan dengan penelitian ini:

1. Menjaga Jiwa (*Hifz an-Nafs*)

Nyeri punggung bawah dapat berdampak serius pada kesehatan fisik dan kualitas hidup para penenun. Berbagai masalah kesehatan seperti cedera tulang belakang dapat disebabkan karena postur yang buruk saat bekerja. Dengan menjaga postur kerja yang baik, para penenun dapat melindungi tubuh dari cedera dan penyakit, yang sejalan dengan prinsip menjaga jiwa dalam maqashid syariah.

2. Menjaga Akal (*Hifz al-Aql*)

Nyeri punggung bawah juga dapat mempengaruhi kesehatan mental tidak hanya kesehatan fisik, seperti konsentrasi ataupun produktivitas kerja. Nyeri kronis dapat menyebabkan gangguan tidur, dengan menjaga postur kerja yang baik, penenun dapat memastikan bahwa akal tetap sehat dan produktif, yang merupakan bagian dari menjaga akal dalam maqashid syariah.

Dengan memahami dan menerapkan prinsip-prinsip maqashid syariah dalam konteks menjaga postur kerja yang baik, para penenun tidak hanya mematuhi ajaran agama tetapi juga memastikan kesejahteraan fisik, mental, dan finansial yang lebih baik. Hal ini menunjukkan bahwa perhatian terhadap kesehatan kerja dan pencegahan nyeri punggung bawah adalah bagian integral dari hidup yang seimbang dan harmonis sesuai dengan prinsip-prinsip dalam Islam.

Adapun penelitian ini berhubungan dengan beberapa kaidah fiqh yaitu sebagai berikut:

1. Kaidah *al-dhararu yuzalu* (الضَّرَرُ يُزَالُ)

Menurut kaidah ini setiap tindakan yang menimbulkan bahaya atau kerugian harus dihilangkan atau dicegah. Postur kerja yang buruk yang menyebabkan nyeri punggung bawah adalah bentuk bahaya bagi tubuh. Oleh karena itu, berdasarkan kaidah ini, penting untuk melakukan postur kerja yang baik dan ergonomis untuk menghindari bahaya, seperti nyeri punggung bawah.

2. Kaidah *Al-Daf'u Aqwa min al-Raf'i* (الدَّفْعُ أَقْوَى مِنَ الرَّفْعِ)

Menurut kaidah ini, penting untuk menerapkan postur kerja yang baik sejak dini bagi para penenun untuk mencegah terjadinya nyeri punggung bawah ataupun masalah muskuloskeletal lainnya di kemudian hari.

Prinsip-prinsip yang diterapkan dalam Al-Qur'an dalam menjaga gaya hidup sehat, bekerja dengan rasa tanggung jawab, dan menjaga kesehatan secara tidak langsung mendorong penerapan postur kerja yang benar untuk mencegah cedera, meningkatkan produktivitas, dan memenuhi tanggung jawab secara efektif. Menjaga postur tubuh yang baik tidak hanya bermanfaat bagi kesehatan fisik para penenun, tetapi juga dapat dianggap sebagai ibadah. Hal ini menunjukkan bahwa para penenun memiliki kepedulian terhadap tubuhnya sendiri, yang merupakan anugerah dari Allah SWT.

4.3. Keterbatasan Penelitian

Adapun keterbatasan penelitian yaitu menggunakan kuesioner *Oswestry Disability Index* sebagai instrument untuk mengukur keluhan *low back pain*. ODI merupakan instrument untuk melihat dalam melakukan aktivitas sehari-hari,

seberapa besar kesulitan yang dialami penderita LBP dalam melakukan aktivitas tiap harinya sementara dalam penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui keluhan nyeri para pekerja, sehingga terdapat ketidaktepatan kuesioner dalam penelitian ini



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN