

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit Akibat Kerja (PAK) mengacu pada pekerjaan yang berhubungan dengan stres yang muncul dari lingkungan kerja, pekerjaan perkakas proses kerja, dan stres terkait pekerjaan. Setiap pekerjaan pasti memiliki risiko penyakit yang diakibatkan oleh kerja yang disebabkan oleh lingkungan tempat kerja dan pekerjaan. Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2019 mendefinisikan penyakit akibat kerja sebagai penyakit yang disebabkan oleh pajanan faktor yang timbul akibat kegiatan kerja dan berdasarkan sistem organ sasaran.

Salah satu dampak dari terlalu banyak duduk dan posisi yang tidak tepat adalah rasa tidak nyaman pada punggung bagian bawah (Hutasuhut dkk, 2019). Terdapat 377,5 kasus NPB pada tahun 1990. Menurut Global Burden of Disease Study tahun 2017, jumlah tersebut meningkat menjadi 577 juta orang pada tahun tersebut. Pada tahun 2017, Asia Timur memiliki frekuensi NPB terendah (3,92%), diikuti oleh Amerika Tengah (5,62%) dan Amerika Selatan (13,47%), dan Asia Pasifik berada di urutan kedua (13,16%). Oseania memiliki jumlah pasien NPB terendah (0,7 juta), diikuti oleh Karibia (2,7 juta) dan Asia Timur (67,7 juta). Asia Selatan memiliki jumlah penderita NPB terbesar (96,3 juta).

Statistik ILO tahun 2013 menunjukkan bahwa 160 orang jatuh sakit di tempat kerja dan satu pekerja meninggal akibat kecelakaan kerja setiap 15 detik. ILO melaporkan 2 juta kematian akibat penyakit dan kecelakaan terkait pekerjaan

pada tahun 2012. dampak terkait pekerjaan tahunan (PAK). Berdasarkan laporan penyelenggaraan kesehatan kerja di provinsi-provinsi di Indonesia pada tahun 2013, terdapat sekitar 428.844 kasus penyakit akibat kerja dan 2.998.766 kasus penyakit umum pada pekerja. Penyakit pada sistem *muskuloskeletal* adalah keluhan terbesar para pekerja, menurut data statistik Eropa tentang penyakit akibat kerja. Studi di China (Ngai, et al, 2002) menemukan bahwa 1325 pekerja tambang batu bara mengalami gangguan *muskuloskeletal*, atau 65,58% dari total pekerja.

Menurut (WHO) pada tahun 2021, kurang lebih 1,71 miliar orang telah mengalami gangguan otot dan rangka di seluruh dunia dengan 568 juta kasus, nyeri punggung bagian bawah adalah yang paling umum di antara gangguan *muskuloskeletal* (Gleadhill et al., 2021). Sebuah penelitian yang telah dilaksanakan di 12 kabupaten terhadap 9.482 karyawan di Indonesia menemukan bahwa dengan hasil *musculoskeletal disorder* adalah gangguan utama bagi 16% pekerja (Ramayanti et al, 2021). Postur tubuh yang dipaksakan dan pengulangan gerakan yang berlebihan menyebabkan gangguan *muskuloskeletal* akibat kerja. Jika kejadian berlanjut untuk waktu yang lama dan gerakan terjadi terus-menerus dalam jangka waktu yang lama, itu dapat menyebabkan tegangan pada otot, sirkulasi yang buruk pada sendi, dan kompresi pada saraf dan pembuluh darah di sekitarnya, yang pada gilirannya menyebabkan keluhan *musculoskeletal disorder* (Tunang dkk, 2022). Faktor Beban kerja yang berpotensi menyebabkan nyeri punggung bawah pada karyawan yang bekerja dalam posisi duduk, berdiri, atau mengangkat beban

berat dialami pada karyawan layanan jasa pengantaran barang dengan termin dan waktu berkemudi yang terlalu lama dengan posisi statis.

Duduk statis diakibatkan posisi duduk yang terlalu lama yang dapat mengganggu aliran oksigen ke discus, ligamentum, otot, dan jaringan lain. Akibatnya, ini menyebabkan nyeri di punggung bawah. Nyeri punggung bawah melambangkan problem yang umum terjadi di kalangan pekerja, terutama bagi karyawan yang telah mengerjakan aktivitas dengan kondisi duduk dalam tempo waktu yang cukup panjang. Salah satu profesi yang berisiko tinggi terhadap keluhan ini adalah karyawan bagian *first mile delivery* di Kota Rantau Prapat, Sumatera Utara. Menurut penelitian sebelumnya, lama duduk yang berkepanjangan dapat memperbesar kemungkinan terjadinya nyeri punggung bawah pada pekerja yang menghabiskan waktu lama dalam posisi duduk. Selain itu, penelitian lain menemukan bahwa bekerja dalam keadaan statis selama lebih dari delapan jam memperbesar kemungkinan mengalami nyeri punggung bawah (Pirade dkk, 2013). Temuan lain yang relevan adalah dari penelitian oleh Hart vigsen et al. (2018), yang menunjukkan bahwa terlalu banyak duduk dan aktivitas fisik yang kurang dapat berkontribusi pada keluhan nyeri punggung bawah. Selain itu, penelitian oleh Hallman et al. (2019) juga menemukan bahwa kombinasi antara lama duduk saat jam kerja dan kurangnya aktivitas jasmani dapat meningkatkan risiko nyeri punggung bawah pada pekerja.

Berbagai jenis bisnis tersedia di zaman sekarang, salah satunya adalah bisnis di bidang jasa. Munculnya bisnis ini tidak terlepas dari perubahan pola konsumsi masyarakat, yang berdampak pada kebutuhan penyedia jasa. Bisnis yang menjual atau menawarkan produk dalam bentuk layanan jasa dikenal

sebagai bisnis jasa. (Divia, n.d. 2021) Pada dasarnya, tujuan bisnis di bidang jasa sama dengan tujuan bisnis yang menghasilkan barang, yaitu mendapatkan keuntungan. K3 dalam bisnis pengantaran barang dapat meningkatkan kesehatan dan keselamatan pekerja dan mengurangi risiko kecelakaan kerja dan cedera. Ini juga dapat meningkatkan produktivitas dan kualitas layanan, serta meningkatkan citra positif perusahaan di mata pelanggan dan masyarakat umum. Sebagaimana diatur dalam Pasal 86 Ayat 1 Undang-Undang Nomor 13 tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan, setiap pekerja berhak atas perlindungan keselamatan dan kesehatan kerja. Penyakit Akibat Kerja adalah konsekuensi yang terjadi jika suatu perusahaan mengabaikan elemen keselamatan dan kesehatan kerja.

Kota Rantau Prapat adalah Ibu Kota dari Kabupaten Labuhan Batu yang memiliki kawasan hunian berskala 9.223,18 km² merupakan lokasi Perusahaan ekspedisi yang berkembang di pelayanan jasa antar barang yang langsung diterima oleh konsumen. Oleh karena itu beban kerja yang dilakukan kurang nyaman seperti berkendara diatas sepeda motor dengan jarak pengantaran 10-50 km yang memberi efek getaran selama pengantaran barang dengan posisi duduk statis dan gerakan berulang yang menjadikan aktivitas yang monoton selama ≥ 8 jam mengikuti SOP Perusahaan yang waktu kerjanya dimulai dari jam 08.00-17.00 WIB. Lama seseorang bekerja di Perusahaan juga yang menjadi faktor penyebab terjadinya keluhan pada nyeri punggung bawah, karena pengalaman masih minim membuat pekerja tersebut semakin lama menyelesaikan target yang harus diselesaikan pada hari pengantaran sehingga semakin berisiko terkena Nyeri Punggung Bawah.

Peneliti ingin mengetahui “Hubungan Beban Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pegawai Alat Angkut Jarak Jauh Di Kota Rantau Prapat Sumatera Utara” dengan melihat keadaan tersebut. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan penjelasan lebih lanjut mengenai variabel-variabel yang mempengaruhi laporan pekerja pengiriman mil pertama mengenai nyeri punggung bawah. Temuan penelitian ini diyakini akan memungkinkan dunia usaha untuk membuat program yang ditargetkan untuk menghindari dan menangani keluhan karyawan mengenai ketidaknyamanan punggung bawah.

1.2 Rumusan Masalah

Diketahui bahwa beban kerja karyawan *first mile delivery* dapat menyebabkan ketidaknyamanan hingga mengalami keluhan Nyeri Punggung Bawah. Sementara aktivitas fisik yang monoton dapat menyebabkan melemahnya otot dan postur tubuh yang buruk, sehingga meningkatkan risiko nyeri punggung bawah pada karyawan pengiriman jarak jauh. Maka berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah dari penelitian sebelumnya, rumusan masalah penelitian ini adalah “Hubungan Beban Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Karyawan *First Mile Delivery* Kota Rantau Prapat Sumatera Utara”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk memahami lebih mendalam hubungan antara keluhan ketidaknyamanan punggung bawah yang dialami pekerja *First Mile Delivery* dengan beban kerja di Kota Rantau Prapat, Sumatera Utara.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui hubungan beban kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada karyawan *first mile delivery* di kota Rantau Prapat?
2. Menganalisa Hubungan Beban Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Karyawan *first mile delivery* di kota Rantau Prapat?

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Untuk menambah pengetahuan dan wawasan mengenai lama duduk dan lama kerja untuk pekerjaan pelayanan jasa pengantaran barang yang dapat menimbulkan risiko penyakit nyeri punggung bawah (NPB).

1.4.2 Bagi Akademisi

Diharapkan bahwa penelitian ini akan memperkaya literatur kepustakaan dan membantu kemajuan ilmu pengetahuan khususnya di bidang keselamatan dan kesehatan lingkungan kerja.

1.4.3 Bagi Instansi Terkait

Diharapkan penelitian ini dapat membantu memberi masukan pada Perusahaan agar melaksanakan program-program yang ergonomis kepada karyawan *first mile delivery* tentang dampak penyakit akibat kerja dan bahaya kerja tidak ergonomis yang berisiko menyebabkan nyeri punggung bawah. Sehingga Perusahaan dapat melakukan berbagai program melalui briefing atau media lainnya sehingga dapat dipahami oleh karyawan *first mile delivery*.