

# Hubungan Pola Kerja dan Posisi Kerja terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Reparasi Timbangan di Balai Metrologi Wilayah Jawa Tengah

FARIDATUN ALIYAH -- E2A003028  
(2007 - Skripsi)

Pola kerja dan posisi kerja merupakan faktor resiko terbesar terjadinya nyeri punggung bawah pada para pekerja. berdasarkan survey awal pada para pekerja reparasi timbangan di Balai Metrologi Wilayah Jawa Tengah, ditemukan 7 dari 11 pekerja mengalami keluhan nyeri punggung bawah. tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola kerja dan posisi kerja terhadap keluhan nyeri punggung bawah pada pekerja reparasi timbangan di Balai Metrologi Wilayah Jawa Tengah. penelitian menggunakan metode deskripsi analitik dengan pendekatan belah lintang. populasi dalam penelitian ini yaitu pekerja reparasi timbangan Wilayah Jawa Tengah yang merupakan mitra dari Balai Metrologi Wilayah Jawa Tengah. pengambilan sampel dilakukan melalui 2 tahap yaitu *purposive sampling*, diperoleh sampel wilayah Tegal dan Wilayah Semarang; dan *Proportionate random sampling*, diperoleh jumlah sampel sebanyak 30 responden. variabel yang diteliti adalah posisi kerja duduk, pola kerja mengangkat, dan pola kerja mendorong. hasil penelitian diuji dengan uji statistik *Chi-Square* dengan pendekatan *fisher Exact's Test* pada *Confidence Interval* 95% ( $\alpha=0,05$ ). hasil uji *Chi-Square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara posisi kerja duduk dengankeluhan nyeri punggung bawah ( $p$  value= 0,433), tidak terdapat hubungan antara pola kerja mengangkat dengan keluhan nyeri punggung bawah ( $p$  value= 0,064), dan tidak terdapat hubungan antara pola kerja mendorong dengan keluhan nyeri punggung bawah( $p$  value= 0,128). berdasarkan penelitian, diharapkan responden lebih memperhatikan biomekanisme postur tubuh saat bekerja, termasuk posisi kerja duduk, pola kerja mengangkat, dan pola kerja mendorong yang benar. selain itu melakukan latihan Mc. Kenzie secara rutin minimal 2 kali seminggu untuk melatih otot dan tulang belakang agar tidak mudah cedera sekaligus bermanfaat sebagai terapi untuk mengurangi rasa nyeri.

**Kata Kunci:** nyeri punggung bawah, pola kerja, posisi kerja, pekerja reparasi timbangan, balai metrologi

## The Correlation Between of Working Pattern and Working Position to Low Back Pain at Worker Of Weights Reparation in Regional metrology Office Of Central Java

*Working pattern and working position were commonly risk factor of low back pain at workers. working position which change between sitting and standing to be expected can lessen the low back pain. working of weights reparation was a job combaining sitting and standing working position. according to early survey at workers at weights reparation in Regional Metrology of Central Java found that 7 of 11 workers experiencing low back pain. The aim of the the study is to knows a correlation of working pattern and position to low back pain at workers of weights reparation in regional Metrology Office of Central Java. This research using descriptive analytic method with cross sectional approach. population of this research is workers of weights reparation which of partner of Regional metrology Office of Central java. Intake of sampel done by 2 phases that is purposive sampling, obtained Regional tegal and Regional semarang; and of proportionate random sampling, amount of obtained samples is 30 responders. The studied variables are working position and working patterns for examples lifting, and pushing. result of research tested by Chi-Square statisticaltest with Fisher's Exact Test approach on Confidence Interval is 95% (alpha= 0,05). Result of Chi-Square Test idicates that there is no correlation between working position of sitting with low back pain (p value= 0,433),there is no correlation between working pattern of lifting with low back pain (p value= 0,064), and there is no correlation between working pattern of pushing with low back pain (p value=0,128). based on the result in this research, it is suggested for respondents to take care of biomechanism of body posture while working, included working position of sitting, working pattern of lifting, and working pattern of pushing. Other, Mc. Kenzie exercise is needed to strenghen back muscles and bones so that the workers protected from injuries and at the same time to reduce pain.*

*Keyword: low back pain, working pattern, working position, worker of weights reparation, metrology office*