

HUBUNGAN BEBAN KERJA TERHADAP KEJADIAN LOW BACK PAIN PADA PERAWAT DI RUMAH SAKIT HAJI JAKARTA

The Relationship Between Workload and the Incidence of Low Back Pain in Nurses at The Jakarta Hajj Hospital

Sanhaji, Cusmari

STIKES Abdi Nusantara Jakarta

Abstrak

Pendahuluan : Seiring dengan pertambahan jumlah penduduk setiap tahun terjadi peningkatan kebutuhan akan tenaga kesehatan salah satunya tenaga keperawatan. Perawat memiliki beban kerja dalam menjalankan tugasnya, Beban kerja merupakan beban aktivitas fisik, mental, sosial yang diterima oleh seseorang yang harus diselesaikan dalam waktu tertentu, sesuai dengan kemampuan fisik, maupun keterbatasan pekerja yang menerima beban tersebut. Beban kerja merupakan faktor yang paling sering menjadi penyebab dari keadaan LBP (*Low Back Pain*) dari orang yang bekerja. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan beban kerja dengan kejadian *Low Back Pain* pada perawat di Rumah Sakit Haji Jakarta Tahun 2022. Penelitian dilaksanakan pada Tanggal 01 November sampai dengan 30 Desember tahun 2022. **Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik *cross sectional*. Sampel diambil dengan tehnik pengambilan sampel secara *Purposive Sampling*. Sampel penelitian ini berjumlah 52 orang sampel. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesiner berdasarkan *The Pain Distress Scale*. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Chi Square*. **Hasil:** Dari hasil pengujian data univariat didapatkan jenis kelamin perempuan persentase 69.2%, dan masa kerja diatas 10 tahun sebanyak 90.4%. Dari hasil uji bivariat menunjukkan ada hubungan beban kerja terhadap kejadian *low back pain* pada perawat di Rumah Sakit Haji Jakarta Tahun 2022 dengan *p value* 0,015. Dengan nilai *Odd Ratio* 12,692. **Kesimpulan dan Saran:** Diharapkan kepada pihak Rumah Sakit Haji Jakarta untuk dapat memperhatikan beban kerja perawat serta memberikan terapi atau relaksasi khusus untuk membantu mengatasi keluhan *low back pain* yang dirasakan perawat serta memberikan edukasi agar dapat mengurangi angka kejadian *low back pain*.

Abstract

Background: Along with the increase in population every year there is an increase in the need for health workers, one of which is nursing staff. Nurses have a workload in carrying out their duties. Workload is a burden of physical, mental, social activity received by someone who must be completed within a certain time, according to physical abilities, as well as the limitations of workers who receive this burden. Workload is a factor that is most often the cause of LBP (*Low Back Pain*) in working people. **Purpose:** This study aims to determine the relationship between workload and the incidence of *Low Back Pain* in nurses at the Jakarta Hajj Hospital in 2022. The research was carried out from 01 November to 30 December 2022. **Methods:** This study used a cross sectional quantitative analytical method. taken by purposive sampling technique. The sample of this research is 52 samples. The instrument used is a questionnaire sheet based on *The Pain Distress Scale*. Data analysis was performed univariately and bivariately using the *Chi Square* test. **Results:** From the results of univariate data testing, it was found that the percentage of female sex was 69.2%, and the working period of more than 10 years was 90.4%. The results of the bivariate test show that there is a relationship between workload and the incidence of *low back pain* in nurses at the Jakarta Hajj Hospital in 2022 with a *p value* of 0.015. With an *Odd Ratio* value of 12,692. **Conclusions and Suggestions:** It is hoped that the Jakarta Hajj Hospital will be able to pay attention to the workload of nurses and provide special therapy or relaxation to help overcome complaints of *low back pain* felt by nurses and provide education in order to reduce the incidence of *low back pain*.

Riwayat artikel

Diajukan: 4 Juni 2023

Diterima: 19 Juli 2023

Penulis Korespondensi:

- Sanhaji
- STIKES Abdi Nusantara

e-mail:

sanhaji13@gmail.com

Kata Kunci:

Workload, Low Back Pain, Nurse

PENDAHULUAN

Perawat merupakan seseorang yang telah menyelesaikan program pelatihan keperawatan yang memenuhi persyaratan dan memiliki lisensi di negara yang bersangkutan untuk memberikan pelayanan keperawatan yang bertanggung jawab untuk meningkatkan kesehatan, mencegah penyakit, dan memberikan asuhan keperawatan, memberikan pelayanan kepada pasien. Perawat memiliki peran, tugas dan tanggung jawab dalam menjalankan tugasnya (Iskandar, 2018). Berdasarkan data Sistem Informasi Ketenagakerjaan Kementerian Kesehatan, jumlah perawat yang bekerja di fasilitas kesehatan, terutama rumah sakit (RS) dan puskesmas, pada tahun 2021 sebanyak 531.000 orang di seluruh Indonesia. Jumlah kumulatif perawat lulusan atau pemegang Surat Tanda Registrasi (STR) dari tahun 2012 hingga 2021 tercatat sekitar 1.097.000, termasuk yang mendaftar ulang. Sedangkan pada Februari 2022, jumlah perawat dengan STR aktif sekitar 633.000 orang dengan laju 2,46 per 1.000 penduduk. Jumlah tersebut dikatakan Sugiyanto telah melampaui target Rencana Pembangunan Tenaga Kesehatan (RPTK) yang menetapkan 2 perawat per 1.000 penduduk. Pada Februari 2022, dengan STR beroperasi, ada 633.000 perawat dengan laju 2,46 per 1.000 penduduk. Dari target rasio perawat berdasarkan RPTK hingga 2025, kami telah menetapkan 2 perawat per 1000 penduduk. Terkait rencana permintaan, kata Sugiyanto, satu hal yang umum terjadi adalah ketimpangan terkait beban kerja yang terlihat tidak merata (Kamalina,A.R. April 23, 2022). Perawat merupakan kelompok yang berisiko tinggi mengalami cedera akibat postur tubuh yang tidak tepat atau tidak ergonomis selama beraktivitas sehari-hari di rumah sakit, terutama saat melakukan tugas medis. Perawat merupakan kelompok pekerjaan yang berisiko tinggi mengalami cedera muskuloskeletal, terutama di daerah thoracolumbar, yang menyebabkan nyeri punggung bawah atau *low back pain*. Hal ini dikarenakan perawat sering melakukan kesalahan saat memposisikan diri untuk melakukan sesuatu karena beban kerja yang agak berat ini. Perawat merupakan tenaga kesehatan yang memiliki beban kerja yang cukup berat. Tempat dimana seorang perawat harus berada di sisi pasien saat pasien

membutuhkannya. Itu mengurus semua kebutuhan pasien, apa yang harus dikonsumsi pasien (obat). Beban kerja perawat sangat bervariasi tergantung pada apakah dia mendorong pasien atau mengangkat pasien. Ketika perawat memiliki postur yang salah atau tidak ergonomis, maka perawat akan cedera seperti nyeri pada punggung bawah. Ketika perawat cedera atau kesakitan karena postur yang salah, produktivitas kerja mereka menurun. Beban kerja perawat seringkali sangat tinggi sehingga perawat sering mengabaikan postur yang tepat atau ergonomis saat melakukan tugas (Purba, C.F, 2020). *Low back pain* (LBP) atau nyeri punggung bawah merupakan kondisi muskuloskeletal yang disebabkan oleh ergonomi yang buruk. Nyeri punggung bawah didefinisikan sebagai nyeri antara tulang rusuk dan bokong bagian bawah yang berlangsung lebih dari sehari. Nyeri punggung dapat dibagi menjadi akut dan kronis. Nyeri punggung bawah akut terjadi dalam waktu 12 minggu dan ditandai dengan nyeri mendadak yang dapat mereda atau hilang. Jika nyeri punggung bawah kronis berlanjut selama lebih dari 3 bulan, nyeri dapat kembali atau kambuh. Sakit punggung bisa menyerang siapa saja, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian nyeri pinggang antara lain usia, jenis kelamin, indeks massa tubuh, sikap kerja, beban kerja, jam kerja, kebiasaan merokok, faktor aktivitas atau rutinitas olahraga (Rahmawati, 2021). Prevalensi *low back pain* (LBP) berkisar antara 15 hingga 45 persen secara global, dengan 33 persen populasi dunia mengalami nyeri kronis. Sekitar 17,3 juta orang di Inggris mengalami ketidaknyamanan di punggung mereka, dan 1,1 juta orang lumpuh sebagai akibat langsung dari sakit punggung mereka. Hampir seperempat (26,4%) orang dewasa Amerika mengatakan mereka menderita ketidaknyamanan punggung bawah setidaknya sekali dalam tiga bulan terakhir (WHO, 2019 In Novisca, 2021). Pada 9,2 persen, ketidaknyamanan punggung bawah mempengaruhi satu dari sepuluh orang Indonesia, atau 1.017.290 orang (Riskesdas, 2018). Tenaga kesehatan di Indonesia telah mengidentifikasi 11,9% penduduk menderita masalah muskuloskeletal. Perkiraan persentase penduduk Indonesia yang mengalami nyeri

punggung bawah sangat bervariasi, dari 7,6 persen hingga 37 persen. (Novisca, 2021).

Di DKI Jakarta, prevalensi nyeri punggung adalah 40.210 dari 1.017.290 di Indonesia atau 10,1 ribu responden. Kelompok yang paling mungkin terkena nyeri punggung adalah mereka yang tinggal di perkotaan dengan angka kejadian 556.419 per 1.017.290 dan di perdesaan dengan angka kejadian 460.871 per 1.017.290 (Risikesdas, 2018). 26,74 persen penduduk berusia 15 tahun ke atas di Jakarta Timur melaporkan mengalami ketidaknyamanan punggung bawah di beberapa titik. Masalah kesehatan cenderung meningkat seiring waktu. Kerusakan pada jaringan dewasa menyebabkan penurunan kinerja fisik seiring bertambahnya usia, terutama hilangnya kekuatan otot punggung bawah. (Kantor Statistik Nasional Inggris (BPS), 2018; Novisca, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Indriasari (2017) dengan topik penelitian berjudul hubungan beban kerja perawat ruang operasi dengan kejadian *low back pain* pada perawat ruang operasi di RSUD Kota Yogyakarta, dengan hasil penelitian yaitu dari 16 orang perawat sebanyak 12 responden (75%) berada dalam kategori memiliki beban kerja tinggi. Sedangkan 4 orang (25%) termasuk dalam kategori beban kerja rendah, LBP terjadi pada 14 orang (87,5%), dibandingkan dengan tidak mengalami LBP sebanyak 2 orang (12,5%). Hasil uji chi square didapatkan nilai signifikansi (p) 0,032. Hasil uji didapatkan hasil ada terdapat hubungan antara beban kerja dengan keluhan LBP pada perawat ruang operasi RSUD Kota Yogyakarta. Berdasarkan data dan hasil dari penelitian sebelumnya, penelitian ini penting untuk dilakukan guna menganalisis apakah ada hubungan beban kerja fisik terhadap keluhan nyeri punggung bawah pada perawat di Rumah Sakit Haji Jakarta.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif analitik *cross sectional*. Sampel diambil dengan tehnik pengambilan sampel secara *Purposive Sampling*. Tempat penelitian di RS Haji Jakarta di Ruang UGD, ICU dan OK. Waktu penelitian pada bulan November sampai Desember 2022. Data yang dikumpulkan menggunakan data primer dan data sekunder. Populasi dalam penelitian ini

adalah Perawat di Rumah Sakit Haji Jakarta Jumlah populasi perawat sebanyak 60 orang. Penentuan besar sample pada penelitian ini menggunakan rumus Slovin Sampel penelitian ini berjumlah 52 responden. Sampel. Instrumen yang digunakan adalah lembar kuesiner berdasarkan *The Pain Distress Scale* dalam kuesioner penelitian primala, A. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *Chi Square*.

HASIL

1. Analisa Univariat

Analisis univariat yang dilakukan bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari masing-masing variabel yang diteliti yaitu karakteristik responden, frekuensi beban kerja dan frekuensi *low back pain* (LBP).

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan usia di Rumah Sakit Haji Jakarta tahun 2022

No	Usia	Jumlah	Presentase (%)
1	Tua	27	51.9
2	Muda	25	48.1
Total		52	100

Sumber : Data primer, 2022

Berdasarkan tabel 1. Diatas dapat dilihat bahwa karakteristik responden berdasarkan usia menunjukkan tua yang artinya di atas 45 tahun sebanyak 27 perawat (51.9%) dan yang usia muda atau di bawah 45 tahun sebanyak 25 perawat (48.1%).

Tabel 2. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin di Rumah Sakit Haji Jakarta tahun 2022

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase (%)
1	Laki - laki	16	30.8
2	Perempuan	36	69.2
Total		52	100

Sumber : Data primer, 2022

Berdasarkan tabel 2. Diatas dapat dilihat bahwa karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin menunjukkan sebagian besar responden perempuan sebanyak 36 perawat (69.2 %) dan

berjenis kelamin laki – laki sebanyak 16 perawat (30.8%).

Tabel 3. Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan di Rumah Sakit Haji Jakarta tahun 2022

No	Pendidikan	Jumlah	Presentase (%)
1	D III	39	75
2	S 1	13	25
Total		52	100

Sumber : Data primer, 2022

Berdasarkan tabel 3. diatas dapat di lihat bahwa karakteristik resonden berdasarkan pendiidikan menunjukan sebagian besar responden berpendidikan D III Kepeawatan sebanyak 39 perawat (75.0 %).

Tabel 4. Karakteristik responden berdasarkan masa kerja di Rumah Sakit Haji Jakarta tahun 2022

No	Masa Kerja	Jumlah	Presentase(%)
1	>10 tahun	47	90.4
2	< 10 tahun	5	9.6
Total		52	100

Sumber : Data primer, 2022

Berdasarkan tabel 4. diatas dapat di lihat bahwa karakteristik resonden berdasarkan masa kerja menunjukan sebagian besar responden memiliki masa kerja > 10 tahun sebanyak 47 perawat (90.4 %).

Tabel 5. Distribudi frekuensi responden berdasarkan low back pain di Rumah Sakit Haji Jakarta tahun 2022

No	Low Back Pain	Jumlah	Presentase
1	Ya	34	65.4
2	Tidak	18	34.6
Total		52	100

Sumber : Data primer, 2022

Berdasarkan data di atas tabel 5. dapat digambarkan bahwa, didapatkan hasil penelitian yaitu sebanyak 34 perawat (65.4%) yang mengalami *low back pain* (LBP).

Tabel 6. Distribusi frekuensi responden berdasarkan beban kerja di Rumah Sakit Haji Jakarta tahun 2022

No	Beban Kerja	Jumlah	Presentase
1	Berat	46	88.5
2	Ringan	6	11.5
Total		52	100

Sumber : Data primer, 2022

Berdasarkan tabel 6. diatas dapat di lihat bahwa karakteristik resonden berdasarkan beban kerja menunjukan sebagian besar sebanyak 46 perawat (88.5%) mengalami beban kerja yang berat.

2. Analisa Bivariat

Analisis bivariat adalah analisis yang ditujukan untuk mengetahui hubungan antara 2 variabel yaitu variabel bebas (beban kerja) dengan variabel terikat (*low back pain*) di Rumah Sakit Haji Jakarta dengan menggunakan uji *chi square* pada $\alpha = 0,05$. Maka hasil diinterpretasikan dengan membandingkan nilai *P value* dengan nilai α . Bila nilai *P value* > α maka keputusannya H_a di tolak dan sebaliknya nilai *P value* < α maka keputusan H_o di tolak.

Tabel 7. Hubungan Beban Kerja dengan Kejadian Low Back Pain pada Perawat di Rumah Sakit Haji Jakarta Tahun 2022

Beban Kerja	Low back pain			P Value	OR (95%CI)
	ya n%	Tidak n%	Total n%		
Berat	33 71.7%	13 28.3%	46 100.0%	0.015	12.692
Ringan	1 16.7%	5 83.3%	6 100.0%		
Jumlah	34 65.4%	18 34.6%	52 100.0%		

Sumber : Data primer 2022

Berdasarkan tabel 7. di atas tentang hubungan beban kerja dengan *low back pain* (LBP) menunjukan bahwa, dari 46 responden yang memiliki beban kerja yang berat sebanyak 33 perawat (71.7%) yang menderita *low back pain*(LBP) sedangkan

dari 6 responden yang memiliki beban kerja ringan hanya (16.7%) yang mengalami *low back pain* (LBP). Hasil uji statistic (*chi square test*) menunjukan bahwa $p\text{ value} = 0.015$ atau $p\text{ value} < \alpha$ (0.05), kesimpulan H_0 ditolak H_a di terima, yang artinya ada hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan kejadian *low back pain* (LBP). Nilai OR = 12.6, artinya responden yang memiliki beban kerja berat beresiko 12 kali lebih besar menderita *low back pain* (LBP) dibandingkan dengan memiliki beban kerja yang ringan.

PEMBAHASAN

1. Usia

Menurut kelompok rata-rata perawat yaitu usia kurang dari 45 tahun sejumlah dengan akan semakin bertanggungjawab dan berpengalaman dibidangnya. usia minimum dan maksimum lebih dari 45 tahun, pada usia tua sebanyak 27 perawat (51.9%) dan yang usia muda atau di bawah 45 tahun sebanyak 25 perawat (48.1%). Menurut Berg (2015), usia perawat secara garis besar menjadi indikator dalam setiap mengambil keputusan yang mengacu pada setiap pengalamannya, dengan semakin beratambahnya umur maka dalam menerima sebuah pekerjaan.

2. Jenis Kelamin

Menurut jenis kelamin paling banyak yaitu perempuan sejumlah 36 responden (69.2%). Penelitian ini menunjukkan perawat yang berjenis kelamin perempuan lebih banyak mengalami keluhan nyeri punggung bawah dibandingkan dengan perawat jenis kelamin laki-laki. Hal ini juga dikarenakan pada umumnya jumlah tenaga kerja perawat yang ada di rumah sakit maupun puskesmas lebih dominan perawat dengan jenis kelamin perempuan dari pada perawat jenis kelamin laki-laki. Untuk perempuan yang lebih dominan mengalami gangguan nyeri punggung karena faktor menstruasi dan melahirkan yang berdampak dalam proses pengeroposan tulang dan berakibat pada terjadi *low back pain* (LBP).

3. Pendidikan

Menurut tingkat pendidikan paling banyak yaitu berpendidikan DIII keperawatan sejumlah 39 responden (75.0%) dan 13 orang perawat (25.0%) berpendidikan sarjana (S1). Notoatmodjo (2015) berpendapat semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut menerima informasi. Menurut Hamid (2013), pendidikan seorang perawat yang tinggi akan memberikan pelayanan kesehatan yang optimal. Pengembangan pendidikan formal keperawatan saat ini terutama ditujukan untuk menumbuhkan serta membina sikap dan tingkah laku profesional serta membutuhkan dan membina landasan etik keperawatan yang kokoh dan mantap.

4. Masa Kerja

Sebagian besar lama bekerja perawat di Rumah Sakit Haji Jakarta dengan rata-rata diatas 10 tahun sebanyak (90.4%) dan masa kerja dibawah 10 tahun sebanyak (9.6%). Lama kerja turut menentukan kinerja seseorang dalam menjalankan tugas. Semakin lama seseorang bekerja, semakin terampil dan cepat seseorang menyelesaikan tugas tersebut (Royani, 2015). Hal tersebut sejalan dengan pendapat Siagian (2013) yang menyatakan masa kerja akan mempengaruhi pengalaman seseorang, semakin lama bekerja akan semakin banyak pengalaman sehingga produktivitas kerja juga meningkat. Asumsi peneliti, semakin lama masa kerja seseorang, semakin tinggi risiko terjadinya penyakit akibat kerja. Melakukan pekerjaan yang sama selama bertahun-tahun tanpa adanya rotasi pekerjaan dapat membebani otot dan jaringan lunak yang sama dalam jangka waktu yang lama. Dari hasil penelitian menunjukkan masa kerja terlama yaitu diatas 10 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa perawat dengan durasi masa kerja lama lebih berpotensi mengalami nyeri punggung bawah. *Low back pain* (LBP) merupakan penyakit kronis yang membutuhkan waktu lama untuk berkembang dan bermanifestasi. Jadi semakin lama waktu bekerja atau semakin lama

seseorang terpajan faktor risiko ini maka semakin besar pula risiko untuk mengalami LBP.

5. Beban Kerja

Hasil analisa univariat menunjukkan bahwa dari total 52 responden sebanyak 46 responden (88.5%) memiliki beban kerja yang berat. Beban kerja mempunyai dampak positif dan negatif. Dampak positif beban kerja yang ringan sampai pada tingkat sedang bersifat fungsional dapat mendorong peningkatan kinerja pegawai, sedangkan pada tingkat negatif beban kerja yang berat dapat menurunkan kinerja karyawan yang drastis.

Beban kerja merupakan sekumpulan atau sejumlah kegiatan yang harus diselesaikan oleh suatu unit organisasi atau pemegang jabatan dalam jangka waktu tertentu. Beban kerja juga diartikan sebagai kemampuan tubuh dalam menerima pekerjaan, dari sudut pandang ergonomi, setiap beban kerja yang diterima seseorang harus sesuai dan seimbang terhadap kemampuan fisik maupun psikologis pekerja yang menerima beban kerja tersebut (Vanchapo, 2020).

6. Low Back Pain (LBP)

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 52 perawat didapatkan sebanyak 34 perawat (65.4%) mengalami *low back pain*, dan dengan perawat yang tidak mengalami *low back pain* sebanyak 18 perawat (34.5%). *Low Back Pain* (LBP) adalah salah satu masalah kesehatan kerja yang paling sering ditemukan dan dapat menimbulkan penurunan kualitas kerja. LBP lebih beresiko terjadi pada pekerja yang bekerja dengan postur janggal, manual handling serta pekerjaan dengan frekuensi dan durasi yang tinggi termasuk pada perawat di area kerja yang banyak mengangkat beban. LBP mengakibatkan gangguan pada aktivitas perawat sehingga keadaan tersebut berdampak pada penurunan kualitas maupun produktivitas perawat dalam memberikan asuhan keperawatan

kepada pasien di rumah sakit (Karyati, 2019).

7. Hubungan Beban Kerja Terhadap Kejadian Low Back Pain pada Perawat di Rumah Sakit Haji Jakarta.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan responden dengan beban kerja berat mengalami *low back pain* sebanyak 33 responden (71.7%) lebih banyak dibandingkan responden yang tidak mengalami *low back pain* yaitu sebanyak 13 responden (28.3%), dan dari 6 responden dengan beban kerja ringan hanya terdapat 1 responden (16.7%) yang mengalami *low back pain* lebih sedikit dibandingkan yang tidak mengalami *low back pain* sebanyak 5 responden (83,3%). Berdasarkan uji statistik dengan uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p value* = 0,015 (< dari α 0,05) yang artinya H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada hubungan yang bermakna antara Beban Kerja Perawat Dengan Kejadian Low Back Pain Pada Perawat di Rumah Sakit Haji Jakarta tahun 2022.

Penelitian yang dilakukan oleh Indriasari (2017) dengan topik penelitian berjudul hubungan beban kerja perawat ruang operasi dengan kejadian *low back pain* pada perawat ruang operasi di RSUD Kota Yogyakarta, dengan hasil penelitian yaitu dari 16 orang perawat sebanyak 12 responden (75%) berada dalam kategori memiliki beban kerja tinggi. Sedangkan 4 orang (25%) termasuk dalam kategori beban kerja rendah, LBP terjadi pada 14 orang (87,5%), dibandingkan dengan tidak mengalami LBP sebanyak 2 orang (12,5%). Hasil uji *chi square* didapatkan nilai signifikansi (*p*) 0,032. Hasil uji didapatkan hasil ada terdapat hubungan antara beban kerja dengan keluhan LBP pada perawat ruang operasi RSUD Kota Yogyakarta.

Berdasarkan hasil penelien, teori terkait serta penelitian terkait maka peneliti berasumsi bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara beban kerja yang dilakukan perawat dalam menjalankan tugasnya dengan kejadian *low back pain*, semakin berat beban

kerja yang didapatkan oleh perawat dalam melakukan tugasnya maka akan semakin besar peluang terjadinya keluhan *low back pain*. Low back pain dapat terjadi pada perawat dengan beban kerja yang berat dan posisi kerja yang kurang baik sehingga perawat cenderung merasakan nyeri punggung bagian bawah, rasa kesemutan, dll setelah melakukan berbagai aktivitas kerja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka penulis mengambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar perawat usia diatas 45 tahun (51.9%), berjenis kelamin perempuan (69.2%), pendidikan D III (75.0%), dan masa kerja diatas 10 tahun (90.4%). Karakteristik responden yang masa kerja diatas 10 tahun beresiko 9 kali mengalami *low back pain* sebanyak 33 perawat (70.2%).
2. Distribusi frekuensi beban kerja didapatkan sebanyak 46 perawat (88.5%) memiliki beban kerja berat lebih banyak di bandingkan beban kerja ringan yaitu 6 perawat (11.5%).
3. Distribusi frekuensi kejadian *low back pain* (LBP) didapatkan sebanyak 34 perawat (65.4%) mengalami *low back pain* (LBP) lebih banyak dibandingkan perawat yang tidak mengalami *low back pain* (LBP) yaitu 18 perawat (34.6%).
4. Ada hubungan bermakna antara beban kerja dengan kejadian *low back pain* (LBP) pada perawat di Rumah Sakit Haji Jakarta tahun 2022 dengan *p value* 0.015 (< 0.05).

SARAN

1. Rumah Sakit

Diharapkan kepada pihak Rumah Sakit Haji Jakarta untuk dapat memperhatikan beban kerja perawat serta memberikan terapi atau relaksasi khusus untuk membantu mengatasi keluhan *low back pain* yang dirasakan perawat serta memberikan edukasi agar dapat mengurangi angka kejadian *low back pain*.

2. Instansi Pendidikan

Diharapkan kepada pihak Rumah Sakit Haji Jakarta untuk dapat memperhatikan beban kerja perawat serta memberikan terapi atau relaksasi khusus untuk membantu mengatasi keluhan *low back pain* yang dirasakan perawat serta memberikan edukasi agar dapat mengurangi angka kejadian *low back pain*.

DAFTAR PUSTAKA

- Andini F. 2015. Risk Factors of Low Back Pain in Workers. *Journal Majority*. Universitas Lampung. 4(1): 12-19.
- Antini, N. N. P. (2020). Gambaran Asuhan Keperawatan Pada Pasien Low Back Pain Dengan Pemberian Terapi Akupresur Dalam Pemenuhan Kebutuhan Rasa Nyaman Di Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Gianyar Ii Tahun 2020 (Doctoral dissertation, Poltekkes Denpasar Jurusan Keperawatan).
- Aprillia Krissanthy, Febi Kurniawan, Citra Resita. (2020). Hubungan Kebugaran Jasmani dengan Tingkat Konsentrasi Siswa di SMA 9 Bekasi. *Jurnal Literasi Olahraga*. August 2020 no 1 (01) hal 77-81
- Arikunto, S. (2019). Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik, Aneka Cipta.
- Aritonang, Y. A., Widani, N. L., & Adyatmaka, I. (2018). *The Effect of Home Heart Walk on Fatigue Among Heart Failure's Patients*. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 6(1), 77-89.
- Armaid, (2016) Epidemiologi Penyakit Menular dan Tidak Menular
- Ayele Semachew Kasa, Yinager Workineh, Emiru Ayelew and Worku Animaw Temesgen. 2020. *Low back pain among nurses working in clinical settings of africa : systematic review and meta-analysis of 19 years of studies*. *BMC Musculoskeletal Disorders*. <https://Bmcmusculoskeletdisord.biomedcentral.com>
- Budiono. 2016. *Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan. Konsep Dasar Keperawatan*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <http://bppsdmk.kemkes.go.id>.
- Budiono & Pertami Budi Sumirah. 2015. *Konsep Dasar Keperawatan*. Jakarta : Bumi Medika.

- Demeria, et. Al. 2019. *Complaints of nurses' low back pain assessed from individual characteristics and work loads*. <https://www.scitepress.org>.
- Dianat I, Alipour A, Asgari Jafarabadi M. 2018. Risk Factors for Neck and Shoulder Pain among Schoolchildren and Adolescents. *Journal Paediatr Child Health*. 54(1): 20-27.
- EVA METHARIANA, E. M. (2021). *Hubungan Beban Kerja Perawat Dengan Kejadian Low Back Pain Pada Perawat Di Rsud Dr. H. Ibnu Sutowo Baturaja Tahun 2021* (Doctoral dissertation, STIK Bina Husada Palembang).
- Fujii, T., Oka, H., Takano, K., Asada, F., Nomura, T., Kawamata, K., ... & Matsudaira, K. (2019). Association between high fear-avoidance beliefs about physical activity and chronic disabling low back pain in nurses in Japan. *BMC musculoskeletal disorders*, 20(1), 1-10.
- <https://kabar24.bisnis.com/read/20220423/15/1526317/kemenkes-pemerataan-perawat-di-indonesia-sudah-sesuai-standar>
- Hamzah, B., Akbar, H., Rafsanjani, T. M., Sinaga, A. H., Hidayani, W. R., Panma, Y., & Bela, S. R. (2021). *Teori Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Iskandar. 2018. *Keperawatan Profesional*. Edisi 2. Bogor : IN Media.
- Indriasari Jessi, Harmilah, Maryana. 2017. *Hubungan Beban Kerja Perawat Ruang Operasi dengan Kejadian Low Back Pain Pada Perawat Ruang Operasi di RSUD Kota Yogyakarta*. Repository Poltekkes Jogja. <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id>.
- Karyati, S., Indanah, I., & Maryani, W. (2019). Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan LBP pada Perawat di Ruang Rawat Dalam dan bedah Rumah Sakit Umum Daerah RAA Soewondo Pati. *Proceeding of The URECOL*, 869-877.
- Karyati Sri, Indanah, Wiwin Maryani. 2019. *Faktor yang Berhubungan Dengan Keluhan LBP Pada Perawat di Ruang Rawat Dalam dan Bedah Rumah Sakit Umum Daerah RAA Soewondo Pati*. Proceeding Of The 10th. University Research Colloquium. Bidang MIPA dan Kesehatan. <http://repository.urecol-org>.
- Kamalina,A.R (2022,April,23) Kemenkes: Pemerataan Perawat di Indonesia Sudah Sesuai Standar <https://kabar24.bisnis.com/read/20220423/15/1526317/kemenkes-pemerataan-perawat-di-indonesia-sudah-sesuai-standar>. Di akses pada 23 April 2022 pukul 18.56 WIB
- Kaplan, W., Wirtz, V.J., Mantel-Teeuwisse, A., Stolk, P., Duthey, B., Laing, R. 2013. Priority medicines for Europe and the World: 2013 update.
- Ketut, Ni Kardiyudiani, . (2019). *Keperawatan Medikal Bedah 1*.
- Koesomowidjojo, Suci. 2017. *Panduan Praktis Menyusun. Analisi Beban Kerja. Raih Asa Sukses (Penebar Swadaya Grup) Jakarta*
- Kusnanto, S. (2004). *Pengantar Profesi & Praktik Keperawatan Profesional*. Jakarta: penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Itz, C.J., Geurts, J.W., van Kleef, M., Nelemans, P. (2013). Clinical Course of Non-Specific Low Back Pain: A Systematic Review of Prospective Cohort Studies Set In Primary Care. *Eur Journal Pain*. 17: 5-15.
- Mentari, EW. 2019. Hubungan antara Indeks Massa Tubuh dengan Kejadian Low Back Pain pada Pegawai PT X di Pekanbaru Baru. Jakarta: Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti
- Dianat I, Sorkhi N, Pourhossein A, Alipour A, Asghari-Jafarabadi M. 2014. Neck, Shoulder and Low Back Pain in Secondary Schoolchildren in Relation to Schoolbag Carriage: Should the Recommended Weight Limits be Gender-Specific? *Appl Ergon*. 45(3): 437- 442
- Mayasari, Diana and Saftarina, Fitria. 2016. Ergonomi Sebagai Upaya Pencegahan Muskuloskeletal Disorders Pada Pekerja. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan Universitas Lampung*. 1(2): 369-379.
- Muhammad Ibnu Ubaedillah. 2017. Pengaruh Beban Kerja Terhadap Persepsional Tentang Kejadian Nyeri Punggung Bawah Pada Perawat Di Rumah Sakit

- Daerah Kabupaten Cirebon Tahun 2017. Tesis Peminatan Manajemen Pelayanan Kesehatan. Jakarta
- Muttaqin, Arief. 2013. Asuhan Keperawatan Klien dengan Gangguan Sistem Persyarafan. Jakarta: EGC.
- Nursalam, 2015. Manajemen Keperawatan : Aplikasi dalam Praktik Keperawatan Profesional. Edisi 5. Jakarta : Salemba Medika
- Nurgroho Setiyo Purwo. 2020. *Analisis Data Penelitian Bidang Kesehatan*. Cetakan Pertama. Yogyakarta : Gosyen Publishing
- Nurwahyuni. 2012. Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Bongkar Muat Barang Pelabuhan Nusantara Kota Pare-Pare Tahun 2012. (online)<http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789, diakses tanggal 9 Mei 2015>
- Notoatmodjo, S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta : Rineka Cipta.
- Novisca.P, Kumbae., Sumampouw, O. J., & Asrifuddin, A. (2021). Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Nelayan. *Indonesian Journal of Public Health and Community Medicine*, 2(1), 021-026.
- Omega DR tahun, 2017, *Statistik Untuk Kesehatan, Wahana Resolusi*, Yogyakarta, hal.47
- Patrianingrum M, Oktaliansah E, Surahman E. 2015. Prevalensi dan Faktor Risiko Nyeri Punggung Bawah di Lingkungan Kerja Anestesiologi Rumah Sakit Dr. Hasan Sadikin Bandung. *Jurnal Anestesi Perioperatif*. 3(1): 47-56.
- Pratiwi, L. D., Saputra, I. K., & Manangkot, M. V. (2020). Hubungan Beban Kerja Fisik Dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Perawat Di Ruang Lely 1 Dan 2 Rsud Buleleng. *Coping: Community Of Publishing In Nursing*, 8(4), 440
- Purba, C. F. (2020). *Pengaruh Beban Kerja Perawat Terhadap Posisi Ergonomis*. <https://doi.org/doi:10.312/osf.io/fv6ay>
- Putra, Y.W. and Rizqi, A.S., (2018). Index massa tubuh (IMT) mempengaruhi aktivitas remaja putri SMP Negeri 1 Sumberlawang. *Gaster*, 16(1), pp.105-115
- Rahmawati, A. (2021). Risk Factor of Low Back Pain. *Jurnal Medika Utama*, 3(01 Oktober), 1601-1607.
- Riskesdas, R. I. (2018). Laporan Nasional Riskesdas Tahun 2018. *Jakarta. Riskesdas*.
- Saidi, S., & Andrianti, S. (2021). Perbedaan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Dan Teknik Slow Stroke Back Massage Terhadap Skala Nyeri Pada Penderita Low Back Pain Di Puskesmas Jaya Loka. *Injection: Nursing Journal*, 1(1), 32-43.
- Sitorus, Erita., & Mahendra, D. (2017). Dampak Caring Preceptor dan Metode Preceptorship dalam Meningkatkan Percaya Diri Perawat Baru di RSUD UKI Jakarta. *Nursing Current*, 5(2), 69-87.
- Sahara, Ricca., & Terry, Y. R. P. (2020). Faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian low back pain (lbp) pada pekerja: literature review. *Univ Pembang Nas Veteran Jakarta*, 19(3), 92-9.
- Sujarweni Wiratna V. 2020. *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta : Gava Media.
- Susanto Hardi, Ajeng Tias Endarti. 2018. *Faktor-Faktor yang berhubungan dengan keluhan Low Back Pain (LBP) Pada Perawat di Rumah Sakit X Jakarta*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Volume 10 Nomor 2*. <http://journal.thamrin.ac.id>
- Sugiyono, (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung, PT Alfabeta
- Tanderi, E. A., Kusuma, T. A., & Hendrianingtyas, M. (2017). Hubungan Kemampuan Fungsional dan Derajat Nyeri pada Pasien Low Back Pain Mekanik di Instalasi Rehabilitasi Medik RSUP Dr. Kariadi Semarang. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 6(1), 63-72.
- Utami, N. W. 2017. Hubungan antara Masa Kerja Dengan Tingkat Keparahan Nyeri Punggung Bawah Pada Buruh Panggul di Pelabuhan Tanjung Perak Surabaya. Surabaya: Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya
- Vanchapo Rino Antonius. 2020. *Beban Kerja dan Stres Kerja*. Cetakan Pertama. Pasuruan : CV. Penerbit Qiara Media.

- Wizar Putri Mellaratna. (2019). Pengaruh Intensitas Nyeri Terhadap Kualitas Hidup Pasien Post Herpetic Neuralgia. THESIS. Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara Medan
- Wardojo, S.S.I., Rosadi, R., Amanati, S. and Putra, Y.W., (2020). Efektifitas Modalitas Latihan Terhadap Penurunan Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Lutut Di Kota Malang. *Physiotherapy Health Science (PhysioHS)*, 2(2), pp.39-49
- Wahyuni, ES. 2019. Hubungan Berat Beban Terhadap Tingkat Kejadian Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Buruh Angkut Pasar Legi Surakarta. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*. 8(2): 130-219.
- Widyasari BK, Ahmad A, Budiman F. 2014. Hubungan Faktor Individu dan Faktor Risiko Ergonomi dengan Keluhan Low Back Pain (LBP) pada Penjahit Sektor Usaha Informal CV. Wahyu Langgeng Jakarta Tahun 2014. *Jurnal Inohim*. 2(2): 90-99.
- Yacob M.L Desriana, Febi K. Kolibu, Maureen I. Punuh. 2018. *Hubungan Antara Masa Kerja dan Beban Kerja Dengan Keluhan Low Back Pain Pada Perawat di Ruang Rawat Inap RS Bhayangkara Tingkat III Manado*. *Jurnal Kesmas* Volume 7 Nomor 4. <https://ejournal.unsrat.ac.id>
- Winata, SD. 2014. Diagnosis dan Penatalaksanaan Nyeri Punggung Bawah dari Sudut Pandang Okupasi. *Jurnal Kedokteran Meditek*. 20 (54): 20-27.
- World Health Organization. 2013. Low Back Pain: Priority Medicines for Europe and the World 2013 update.
- William W.K. Zung, 1983. A self-rating pain and distress scale, *Psychosomatics*, Volume 24, Issue 10, Pages 887-894, ISSN 0033-3182, [https://doi.org/10.1016/S0033-3182\(83\)73140-3](https://doi.org/10.1016/S0033-3182(83)73140-3).

