

## HUBUNGAN SIKAP KERJA DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH (*LOW BACK PAIN*) DAN TINGKAT NYERI PADA TUBUH PADA PENENUN DESA PRINGGASELA KABUPATEN LOMBOK TIMUR

M. Zawwil Arham, Wayan Citra Wulan Sucipta Putri\*

Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Universitas Udayana

Jalan P.B. Sudirman, Dangin Puri Klod, Kec. Denpasar Barat, Kota Denpasar, Bali 80234

### ABSTRAK

Desa Pringgasela memiliki sekitar 420 orang penenun, informasi di dapat dari salah satu penenun di Pringgasela bahwa yang di rasakan penenun saat itu ialah merasa pegal dan nyeri pada bagian lengan, bahu, dan punggung bagian bawah sampai ke paha bagian belakang. Apabila sikap kerja tersebut tidak ergonomis maka dapat mengakibatkan keluhan nyeri punggung bawah dan tingkat nyeri pada tubuh. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan sikap kerja terhadap keluhan nyeri punggung bawah dan tingkat nyeri pada tubuh pada penenun Desa Pringgasela. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan kuantitatif menggunakan rancangan cross-sectional. Responden penelitian ini berjumlah 80 orang yang di pilih melalui teknik *accidental sampling*. Data di uji dengan analisis *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan 23,75% penenun mengalami keluhan LBP ringan dan 76,25% penenun mengalami keluhan LBP berat. Sedangkan penenun yang teridentifikasi tingkat nyeri pada tubuh rendah sejumlah 55% dan tinggi sebesar 45%. Sedangkan penenun yang memiliki sikap kerja rendah berjumlah 58,75% dan tinggi berjumlah 41,25%. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara sikap kerja ( $p=0,931$ ) dengan keluhan nyeri punggung bawah. Terdapat hubungan yang bermakna antara sikap kerja ( $p=0,019$ ) dengan tingkat nyeri pada tubuh terhadap penenun Desa Pringgasela. Disarankan kepada penenun agar menyesuaikan sikap kerja saat menenun, serta istirahat teratur.

**Kata Kunci:** Sikap Kerja, *Low Back Pain*, Tingkat Nyeri Pada Tubuh, Penenun.

### ABSTRACT

Pringgasela village has about 420 weavers, information was obtained from one of the weavers in Pringgasela that what the weaver felt at that time was feeling aches and pains in the arms, shoulders, and lower back to the back of the thighs. If the work attitude is not ergonomic, it can cause complaints of low back pain and the level of pain in the body. The purpose of this study was to determine the relationship of work attitudes towards complaints of low back pain and the level of pain in the body in Pringgasela Village weavers. This research is an analytical observational study with a quantitative approach using a cross-sectional design. The respondents to this study were 80 people who were selected through accidental sampling techniques. The data were tested with chi-square analysis. The results showed that 23.75% of weavers experienced mild LBP complaints and 76.25% of weavers experienced severe LBP complaints. Meanwhile, weavers identified low body pain levels of 55% and high levels of 45%. Meanwhile, weavers who have a low work attitude amount to 58.75% and high to 41.25%. There was no meaningful relationship between work attitudes ( $p=0.931$ ) and complaints of low back pain. There is a meaningful relationship between work attitudes ( $p=0.019$ ) and the level of pain in the body towards Pringgasela Village weavers. It is recommended to weavers to adjust the attitude of work when weaving, as well as regular rest.

**Keywords:** Work Attitude, Low Back Pain, Body Pain Level, Weaver.

### PENDAHULUAN

Nyeri ialah suatu sensasi subyektif atau rasa tidak nyaman yang biasanya berkaitan dengan kerusakan jaringan yang aktual atau potensial. Nyeri terjadi ketika suatu jaringan mengalami kerusakan tubuh yang di sebabkan karena adanya cedera, kecelakaan maupun tindakan medis lainnya (Wahyudianto, 2012) di

dunia. Nyeri merupakan masalah yang besar bagi kesehatan, dimana diperkirakan 1 dari 5 orang dewasa menderita nyeri dan 1 dari 10 orang dewasa didiagnosa dengan nyeri kronis tiap tahunnya. Empat penyebab utama nyeri adalah kanker, osteo dan reumatoid arthritis, operasi dan trauma, serta masalah spinal (Goldberg & McGee, 2011).

*Low Back Pain* (LBP) adalah salah satu masalah kesehatan yang sangat umum dan *Low Back Pain* (LBP) merupakan penyebab paling utama yang dapat mempengaruhi kinerja dan kesejahteraan kerja. Menurut WHO 2013 *Low Back Pain* (LBP) juga termasuk ke dalam salah satu penyakit atau cedera beban tertinggi, dengan kapasitas rata-rata *Disability-Adjusted Life Years* (DALY) lebih tinggi daripada TBC, kanker paru, kecelakaan lalu lintas, HIV, penyakit paru dan kelahiran prematur. *Low Back Pain* itu sendiri memiliki tiga faktor resiko menurut Tarwaka (2010), yaitu faktor individu, faktor pekerjaan, faktor lingkungan, faktor individu itu sendiri terdiri dari jenis kelamin, usia, Indeks Massa Tubuh (IMT), riwayat pendidikan, kebiasaan merokok, aktifitas kerja, dan riwayat trauma, sedangkan faktor pekerjaan terdiri dari sikap kerja, masa kerja, lama kerja, beban kerja, repetisi, dan *manual material handling*, dan yang terakhir yaitu faktor lingkungan terdiri dari stres kerja, kepuasan kerja, ergonomi, faktor mental, psikologi dan stasiun kerja (Nurmianto, 2008).

Sikap kerja adalah suatu tindakan yang akan diambil pekerja dan segala sesuatu yang harus dilakukan pekerja tersebut yang hasilnya sebanding dengan usaha yang dilakukan. Sikap kerja yang biasa dilakukan oleh manusia dalam melakukan pekerjaan antara lain berdiri, duduk, membungkuk, jongkok, berjalan, dan lain-lain. Hubungan sikap kerja dengan keluhan *low back pain* adalah apabila pekerja melakukan pekerjaannya dengan sikap kerja yang salah dan terus menerus sehingga dapat menyebabkan keluhan-keluhan berupa nyeri pada

punggung bawah (*low back pain*) (Baskoro, M. A., 2008).

Ergonomi ialah ilmu yang mempelajari tentang bagaimana memanfaatkan informasi-informasi mengenai sifat, kemampuan dan keterbatasan manusia untuk merancang suatu sistem kerja sehingga orang dapat bekerja dengan efektif, efisien, aman dan nyaman (Wardaningsih, 2010). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Putri & Griadhi (2015) menjelaskan bahwa ergonomi memberikan peranan penting dalam peningkatan faktor keselamatan dan kesehatan kerja, misalnya: desain suatu sistem kerja untuk mengurangi rasa nyeri dan ngilu pada sistem kerangka manusia dan desain stasiun kerja hal ini berfungsi untuk mengurangi ketidaknyamanan dalam postur kerja.

Keluhan sistem *musculoskeletal* ialah rasa sakit pada bagian-bagian otot rangka (*skeletal*) yang dikeluhkan oleh seseorang mulai dari keluhan sangat ringan sampai sangat sakit. Keluhan berupa kerusakan pada sendi, ligamen dan tendon keluhan tersebut akan terjadi jika otot menerima beban statis secara berulang dan dalam waktu yang lama, biasanya diistilahkan dengan keluhan MSDs atau cedera pada sistem *musculoskeletal* (Tarwaka, 2010).

Desa Pringgasela merupakan salah satu desa yang ada di Kabupaten Lombok Timur yang memiliki kurang lebih sekitar 420 orang penenun khususnya di Dusun Gubuk Daya (Juniati, 2020). Secara umum para pengrajin tenun di Desa Pringgasela Kecamatan Pringgasela masih menggunakan alat tradisional dalam proses pembuatannya menggunakan tenaga manusia sebagai tenaga utama

sehingga dapat dipastikan akan mengalami perbedaan pada kualitas produk kerajinan tenun satu dengan lainnya. Masyarakat Pringgasela menjadikan kerajinan tenun sumber mata pencaharian yang sampai sekarang dipertahankan. Pada Desa Pringgasela Kecamatan Pringgasela Kabupaten Lombok Timur mayoritas masyarakatnya bekerja sebagai penenun terutama wanita. Industri tenun merupakan industri rumah tangga yang memiliki karakteristik tertentu seperti umumnya tempat tinggal dan tempat bekerja digabung menjadi satu sebagai tempat berusaha usaha tenun tradisional sasak di Desa Pringgasela merupakan usaha turun-temurun yang dikerjakan oleh kaum wanita, karena untuk menenun perlu ketelitian dan ketekunan yang tinggi sehingga banyak wanita melakukan pekerjaan ini, penelitian ini sebelumnya di lakukan studi pendahuluan yang di lakukan sebanyak lima orang pekerja tenun yang ada di pringgasela sehingga mendapatkan informasi dari Ibu Ridwani salah satu dari warga Desa Pringgasela yang berusia 44 tahun dia mengatakan bahwa saat menenun anggota tubuhnya merasa pegal dan nyeri pada bagian lengan, bahu dan punggung bagian bawah sampai paha bagian belakang.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan rancangan *cross-sectional*. Populasi target dari penelitian ini adalah seluruh penenun yang ada di Desa

Pringgasela Kabupaten Lombok Timur tahun 2022. Sedangkan, populasi terjangkau dari penelitian ini yaitu sebagian orang yang berprofesi sebagai penenun yang ada di desa Pringgasela. Besar sampel pada penelitian ini adalah 80 orang penenun dengan perhitungan besar sampel menggunakan *sample size WHO* yaitu dengan rumus uji hipotesis dua proporsi. Teknik Pengambilan sampel pada penelitian ini di lakukan dengan teknik *accidental sampling*. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan metode wawancara berdasarkan pedoman kuesioner, untuk pengukuran variabel nyeri punggung bawah menggunakan kuisisioner LBP dengan skor 1-4 risiko ringan dan 5-9 risiko berat, sedangkan pengukuran variabel sikap kerja menggunakan metode REBA (*Rapid Entire Body Assessment*) dengan skor  $\leq 4$  mempunyai tingkat risiko rendah dan skor  $>4$  mempunyai tingkat risiko tinggi dan variabel tingkat nyeri pada tubuh menggunakan metode *Nordic Body Map* (NBM) dengan skor  $\leq 49$  mempunyai tingkat risiko rendah dan skor  $>49$  mempunyai tingkat risiko tinggi. Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dan uji *chi-square* untuk mengetahui hubungan variabel bebas dengan keluhan *Low Back Pain* dan Tingkat Nyeri Pada Tubuh. Penelitian ini telah dinyatakan laik etik berdasarkan Surat Keterangan Kelainan Etik Nomor: 1043/UN14.2.2.VII.14/LT/2022.

**HASIL**

Tabel.1 Karakteristik Respoinden Berdasarkan Umur, Lama Kerja (Tahun), Waktu Kerja (Jam), Dan Gambaran Sikap Kerja, Nyeri Punggung Bawah Dan Tingkat Nyeri Pada Tubuh.

<b>Variabel</b>	<b>value</b>	
<b>Karakteristik responden</b>	<b>Umur (Tahun)</b>	
	Mean	44,475
	Median	42,5
	Min/ Max	22/ 70
	<b>Lama kerja (Tahun)</b>	
	Mean	16,4375
	Median	15,5
	Min/ Max	3/ 32
	<b>Waktu kerja (jam)</b>	
	Mean	4,3375
	Median	4
	Min/ Max	2/ 6
<b>Variabel</b>	<b>f (%)</b>	
<b>Sikap kerja</b>	Rendah	58,75
	Tinggi	41,25
<b>Nyeri punggung bawah (Low Back Pain)</b>	Ringan	23,75
	Berat	76,25
<b>Tingkat Nyeri pada tubuh</b>	Rendah	55
	Tinggi	45

Berdasarkan Tabel 1 Rata-rata usia penenun yang ada di Pringgasela yaitu 44 tahun, dan rata-rata nilai lama kerja penenun pringgasela selama 16 tahun dan rata-rata waktu kerja penenun dalam jam/harinya yaitu 4 jam/hari. Sedangkan frekuensi variabel sikap kerja Total jawaban yang di dapatkan, diketahui bahwa responden yang memiliki sikap kerja rendah berjumlah 47 orang dan responden yang memiliki sikap kerja tinggi berjumlah 33 orang. Kemudian frekuensi nyeri punggung bawah Total jawaban yang di dapatkan dari gambaran nyeri punggung bawah (*low back pain*) diketahui bahwa responden yang memiliki keluhan

ringan berjumlah 19 orang dan responden yang memiliki keluhan berat berjumlah 61 orang. Dan Tingkat nyeri pada tubuh total jawaban yang di dapatkan, diketahui bahwa responden yang memiliki Tingkat nyeri pada tubuh rendah berjumlah 40 orang dan responden yang memiliki Tingkat nyeri pada tubuh tinggi berjumlah 36 orang.

Gambaran sikap kerja dalam penelitian ini di ukur menggunakan Metode REBA, metode ini memiliki enam item postur tubuh yaitu leher, badan, kaki, pergelangan tangan, lengan atas, dan lengan bawah. Hasil dapat di lihat pada tabel 2

Tabel. 2 Nilai sikap kerja berdasarkan Metode REBA (6 Postur tubuh)

Item REBA	n (80)	Persentase (%)
<b>Leher</b>		
Mean	1.9375	64,5833
Min	1	
Max	3	
<b>Badan</b>		
Mean	1.4375	28,75
Min	1	
Max	5	
<b>Kaki</b>		
Mean	1.35	33,75
Min	1	
Max	4	
<b>Pergelangan Tangan</b>		
Mean	2.125	70,833
Min	1	
Max	3	
<b>Lengan Atas</b>		
Mean	1.825	30.4167
Min	1	
Max	6	
<b>Lengan Bawah</b>		
Mean	1.5375	76.875
Min	1	
Max	2	

Berdasarkan hasil tabel 2 persentase yang paling banyak yakni responden yang memiliki sikap kerja yang berdampak pada rasa sakit pada postur tubuh lengan bawah

yaitu (76,875%), diikuti dengan pergelangan tangan (70,833%) dan leher (64,5833%).

Tabel.3 Hubungan Sikap Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah (*Low Back Pain*)

Variabel	Nyeri Punggung Bawah ( <i>Low Back Pain</i> )					
	Ringan		Berat		Pearson Chi2	P-value
	N	%	N	%		
<b>Sikap Kerja</b>						
<b>Rendah</b>	11	23,40	36	76,5	0.0075	0.931
<b>Tinggi</b>	8	24,24	25	75,75		

Berdasarkan tabel.3 dapat di ketahui bahwa dari hasil di atas, proporsi responden yang mengalami *low back pain* berat tidak jauh berbeda dengan sikap kerja

yang berisiko rendah dan sikap kerja yang berisiko tinggi dengan nilai (76,5% vs 75,75%). Sehingga di lihat dari hasil uji statistik bahwa nilai *p-value* dari variabel

sikap kerja adalah 0,931. Sehingga tidak ada hubungan yang signifikan antara sikap

kerja dengan nyeri punggung bawah (*low back pain*).

Tabel 4 Hubungan Sikap Kerja Dengan Tingkat Nyeri Pada Tubuh.

Variabel	Tingkat Nyeri Pada Tubuh					
	Rendah		Tinggi		Pearson Chi2	P-value
	N	%	N	%		
<b>Sikap Kerja</b>						
<b>Rendah</b>	31	65,95	16	34,34	5.5274	0.019
<b>Tinggi</b>	13	39,39	20	60,60		

Berdasarkan tabel 4 dapat di ketahui bahwa dari hasil di atas, prporsi responden dengan tingkat nyeri pada tubuh kategori tinggi lebih banyak pada kelompok sikap kerja risiko tinggi daripada sikap kerja risiko rendah dengan nilai (60,60% vs 34,04%). Perbedaan ini sangat bermakna Sehingga di lihat dari hasil uji statistik bahwa nilai *p-value* dari variabel sikap kerja adalah  $p < 0.05$  (0,019). Sehingga ada hubungan yang signifikan antara sikap kerja dengan tingkat nyeri pada tubuh.

## DISKUSI

### Sikap Kerja Pada Penenun Di Desa Pringgasela

Sikap kerja yang sering dilakukan oleh manusia dalam melakukan pekerjaan antara lain berdiri, duduk, membungkuk, jongkok, berjalan, dan lain sebagainya. Sikap kerja yang tidak ergonomis dapat menyebabkan kelelahan dan cedera pada otot. Berdasarkan hasil yang di dapat dari sikap kerja penenun Desa Pringgasela dengan menggunakan metode REBA di kategorikan dalam kategori rendah dan tinggi. Kategori ini di dapat dari skor akhir REBA tersebut. Kategori sikap kerja rendah memiliki skor (<4), sedangkan kategori

sikap kerja tinggi memiliki skor (>4). Berdasarkan hasil skor metode REBA di dapatkan bahwa penenun Pringgasela dengan sikap kerja kategori rendah sebanyak 47 orang (58,75%) dan sikap kerja dengan kategori tinggi sebanyak 33 orang (41,25%).

### Tingkat Nyeri Pada Tubuh Pada Peneun Desa Pringgasela.

Nyeri ialah suatu sensasi subyektif atau rasa tidak nyaman yang biasanya berkaitan dengan kerusakan jaringan yang aktual atau potensial. Nyeri terjadi ketika suatu jaringan mengalami kerusakan tubuh yang di sebabkan karena adanya cedera, kecelakaan maupun tindakan medis lainnya (Wahyudianto, 2012). Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan pada tingkat nyeri pada tubuh terhadap penenun Pringgasela dengan menggunakan NBM di dapatkan bahwa tingkat nyeri pada tubuh penenun pringgasela di kategorikan rendah, sedang dan tinggi, kategori ini di dapat dari hasil kuisisioner NBM yaitu apabila penenun Pringgasela mendapatkan skor <49 maka menunjukkan tingkat nyeri pada tubuh resiko rendah, jika penenun Pringgasela

mendapatkan skor >49 maka menunjukkan tingkat nyeri pada tubuh resiko tinggi, berdasarkan hasil kuisioner NBM di dapatkan bahwa penenun dengan kategori tingkat nyeri rendah berjumlah 44 orang (55%) dan penenun dengan kategori tingkat nyeri tinggi berjumlah 36 orang (45%).

### **Keluhan Nyeri Punggung Bawah (*Low Back Pain*)**

*Low Back Pain* (LBP) atau nyeri punggung bawah adalah keadaan dengan gejala rasa nyeri dan tidak nyaman pada punggung bagian bawah. LBP menjadi salah satu keluhan akibat ketidaknyamanan saat bekerja maupun aktivitas sehari-hari. Gangguan tersebut dapat menyebabkan seseorang sulit untuk bergerak bebas sehingga dapat menurunkan produktivitas kerja (Bilondatu, 2018). Hasil kuisioner menunjukkan bahwa keluhan nyeri punggung bawah (*low back pain*) yang di alami oleh penenun Pringgasele dapat di kategorikan ringan dan berat. Keluhan LBP pada penelitian ini diukur menggunakan kuesioner berdasarkan pertanyaan terkait keluhan- keluhan saat beraktivitas sehari-harinya baik saat maupun setelah bekerja. Skor kuesioner dalam penelitian ini dikategorikan menjadi keluhan LBP ringan bila skor 1-4 dan memiliki keluhan LBP berat bila skor 5-9. Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa proporsi penenun yang mengalami keluhan LBP ringan berjumlah 19 orang dengan presentase (37,75%) dan proporsi penenun dengan keluhan LBP berat berjumlah 61 orang dengan presentase (76,25%).

### **Hubungan Sikap Kerja Terhadap Nyeri Punggung Bawah (*Low Back Pain*)**

Dari hasil analisis bivariat sikap kerja terhadap nyeri punggung bawah (*low back pain*) yang di uji menggunakan *chi square* telah ketahu bahwa didapat nilai *p-value* yaitu 0,931 pada penelitian ini, sehingga dapat di katakana variabel sikap kerja tidak berhubungan dengan keluhan nyeri punggung bawah (*low back pain*), hal ini sejalan dengan penelitian Fatoni & Swasti (2009) Berjudul Hubungan Sikap dan Posisi Kerja dengan *low back pain* pada Perawat di RSUD Purbalingga dalam penelitiannya mendapatkan hasil *p-value* 0,272. Artinya penelitian tersebut tidak memiliki hubungan yang signifikan antara sikap dan posisi kerja dengan *low back pain*. Analisis ini di uji menggunakan metode OWAS dan di peroleh 10 data responden (31,25%) berisiko cedera dan 22 data responden (68,75%) tidak berisiko cedera *low back pain*.

### **Hubungan Sikap Kerja Terhadap Tingkat Nyeri Pada Tubuh**

Dari hasil analisis bivariat sikap kerja terhadap Tingkat Nyeri Pada Tubuh yang di uji menggunakan *chi square* telah ketahu bahwa didapat nilai *p-value* yaitu 0,019 pada penelitian ini, sehingga dapat di katakana variabel sikap kerja berhubungan dengan tingkat nyeri pada tubuh, penelitian ini sejalan dengan penelitian Permatasari & Widajati (2018) yang berjudul Hubungan Sikap Kerja Terhadap Keluhan Musculoskeletal Pada Pekerja *home industry* di Surabaya. Penelitian ini juga menggunakan kuisioner *Nordic Body Map* (MBN) yang mana pengukurannya menggunakan skoring sebagai tingkat

keluhan yang di rasakan menggunakan skala inert yaitu skor 0 untuk tidak ada keluhan, skor 1 untuk keluhan yang agak sakit, 2 untuk keluhan sakit dan skor 3 untuk keluhan yang sangat sakit. Dari 11 responden mengalami keluhan musculoskeletal tinggi sebanyak (72,7%) dan yang beresiko rendah (33,3%), maka hasil yang di dapat dari analisis *cross tabulation* menggunakan uji *phi and Creamers V* dengan nilai sebesar 0,394 yang artinya ada korelasi antara sikap kerja dengan keluhan musculoskeletal.

### **Kelemahan Penelitian**

Pengukuran *low back pain* hanya berdasarkan keluhan subyektif penenun dengan menggunakan kuesioner dan tidak menggunakan tes pemeriksaan fisik maupun diagnosa khusus sehingga memungkinkan terjadinya bias informasi terhadap keluhan LBP. Pengambilan gambar untuk mengukur posisi duduk tidak dilakukan dari segala arah melainkan hanya pada satu arah yang memungkinkan saja akibat situasi dan kondisi di tempat kerja. Hal ini dapat mempengaruhi hasil pengukuran sudut anggota tubuh saat melakukan penghitungan REBA. Faktor-faktor risiko lain yang dapat menyebabkan keluhan LBP seperti faktor lingkungan, faktor Individu dan faktor pekerjaan lainnya tidak diteliti,

### **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: Proporsi penenun yang memiliki keluhan nyeri punggung bawah (*low back pain*) ringan yaitu sebesar 23,75% dan keluhan

berat sebesar 76,25%. Proporsi penenun yang teridentifikasi Tingkat nyeri pada tubuh rendah yaitu sebesar 55% dan tinggi sebesar 45%. Proporsi sikap kerja penenun rendah yaitu sebesar 58,75% dan tinggi sebesar 41,25%. Berdasarkan karakteristik umur responden memiliki rata-rata 44,475, sedangkan lama kerja memiliki rata-rata 16,4375 dan waktu kerja memiliki rata-rata 4.3375. Tidak terdapat hubungan antara sikap kerja ( $p=0,931$ ), dengan keluhan *Low Back Pain* (LBP) pada penenun Desa Pringgasela. Terdapat hubungan antara sikap kerja ( $p=0,019$ ), dengan tingkat nyeri pada tubuh terhadap penenun Desa Pringgasela.

### **SARAN**

Adapun saran yang dapat di jadikan bahan pertimbangan adalah sebagai berikut: untuk penenun Diharapkan dapat menyesuaikan sikap kerja saat menenun dengan seperti duduk tegak yang nyaman sehingga dapat meminimalisir risiko terjadinya LBP dan tingkat nyeri pada tubuh. Bagi pihak kepala desa agar membuat peraturan jam kerja agar penenun tidak memksakan diri untuk bekerja. Memberikan kebijakan kepada pihak puskesmas agar di adakannya penyuluhan terkait keselamatan dan kesehatan kerja bagi pekerja tenun dan mengadakan senam rutin setiap satu minggu sekali di Desa.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Ucapan terima kasih ditujukan kepada Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Udayana yang telah memberikan kesempatan untuk peneliti



melakukan penelitian ini. Ucapan terima kasih ditujukan kepada pihak kepala desa yang telah memberikan izin untuk dapat melaksanakan penelitian di desa tersebut. Dan ucapan terima kasih juga peneliti tujukan kepada seluruh responden yang sudah memberikan waktu luang dan juga memberikan informasi selama penelitian berlangsung.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Baskoro, M. A. (2008). Hubungan Antara Kesesuaian Stasiun Kerja Dan Sikap Duduk Dengan Keluhan Otot Subyektif: Studi Pada Operator Komputer PT Telkom Divisi Regional V Surabaya (*doctoral dissertation*, Universitas Airlangga).
- Bilondatu, F. (2018). Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Low Back Pain pada Operator PT. Terminal Petikemas Makassar Tahun 2018. Skripsi. Makassar: Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin.
- Fatoni, H., & Swasti, K. G. (2009). Hubungan Sikap dan Posisi Kerja dengan Low Back Pain pada Perawat di RSUD Purbalingga. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 4(3), 131-139
- Goldberg, DS & McGee, SJ. (2011). *Pain as a Global Public Health Priority*. *BMJ Public Health*. 11(770). [Online]. <http://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-2458-11-770>. Diakses 4 Desember 2016
- Juniati, N. (2020). Kajian Tentang Tenun Sesek dari Desa Pringgasela, Lombok Timur, Nusa Tenggara Barat. *KELUWIH: Jurnal Sains dan Teknologi*, 1(1), 56-62. *Jurnal Kemas*, 7(2): 170-176
- Nurmianto, E. (2008). *Ergonomi; Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Surabaya: Guna Widya
- Permatasari, F.L., & Widajati, N. (2018). Hubungan Sikap Kerja Terhadap Keluhan Musculoskeletal pada pekerja home industry di Surabaya. *The Indonesian Journal of Occupation Safety and Health* 7(2) : 220-239
- Putri, P. D. W., & Griadhi, I. P. A. (2015). Perbaikan Stasiun Kerja Menurunkan Aktivitas Listrik Otot dan Keluhan Muskuloskeletal pada Perajin Ukir Kayu di Desa Batuan Gianyar Bali. *Jurnal Universitas Udayana. Fakultas Kedokteran*.
- Tarwaka. (2010). *Ergonomi Industri Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Surakarta: Harapan Press.
- Wahyudianto, B. (2012). Gambaran Tingkat Nyeri Lansia dengan Remathoid Artritis yang Aktif dan Tidak Aktif Melakukan Senam Lansia di Desa Tanggul Kulon Kecamatan Tanggul Kabupaten Jember. *Hospital Majapahit*, 4 (2), 44-59.
- Wardaningsih I. (2010). Pengaruh Sikap Kerja Duduk pada Kursi Kerja yang Tidak Ergonomis Terhadap Keluhan Otot-Otot Skeletal Bagi Pekerja Wanita Bagian Mesin Cucus di PT Iskandar Indah Printing Textile Surakarta. Surakarta: Universitas Sebelas Maret