

## **BAB II**

### **TINJAUAN TEORI**

#### **A. Konsep *Low Back Pain***

##### **1. Definisi**

Low back pain (LBP) merupakan rasa nyeri yang dirasakan pada punggung bawah yang sumbernya adalah tulang belakang daerah spinal (punggung bawah), otot, saraf, atau struktur lainnya yang ada disekitar tersebut. LBP dapat disebabkan oleh penyakit atau kelainan yang berasal dari luar punggung bawah misalnya penyakit atau kelainan pada testis atau ovarium (Suma'mur dalam Sitepu, 2015)

Low back pain atau Low Back Pain (LBP) adalah rasa nyeri yang dirasakan di daerah punggung bawah, dapat menyebabkan dan merupakan nyeri lokal maupun nyeri radikuler maupun keduanya. Nyeri ini terasa diantara sudut iga terbawah sampai lipatan bokong bawah, yaitu di daerah lumbal atau lumbosacral dan sering disertai dengan penjaralan nyeri kearah tungkai dan kaki. LBP yang lebih dari 6 bulan disebut kronik. (Ayuningtyas, 2012).

##### **2. Klasifikasi *Low Back Pain***

Klasifikasi low back pain berdasarkan struktur anatomis dibagi menjadi beberapa tingkatan, yaitu :

- a. Low back pain Primer, nyeri yang disebabkan oleh adanya kelainan pada struktur di sekitar lumbal yang meliputi kelainan atau cedera pada ligament, otot, persendian, maupun persarafannya.
- b. Low back pain Sekunder, nyeri yang disebabkan oleh kelainan pada

struktur di luar lumbal.

- c. Low back pain Referral, nyeri yang disebabkan oleh struktur lain diluar sendi lumbal yang menjalar ke lumbal
- d. Low back pain Psikosometrik, nyeri yang disebabkan oleh adanya faktor gangguan psikologis penderita.

### **3. Tanda dan Gejala Low Back Pain**

Menurut Badriah dalam Chenny (2012), nyeri punggung bawah dapat diketahui dengan memperhatikan gejala yang muncul atau dirasakan oleh penderita yaitu sebagai berikut:

- a. Gejala ringan, seperti nyeri mendadak pada tulang belakang, pegal dan terasa panas.
- b. Terasa sakit bila digerakkan baik pada saat membungkuk kedepan dan belakang, maupun pada saat berputar kekiri dan kekanan.
- c. Gejala – gejala tadi akan semakin bertambah berat terutama pada saat akan mengangkat beban berat, mengejan, bersin atau batuk. Hal ini dapat disebabkan karena adanya perubahan struktur. Rasa sakit akan menjalar kebawah (bagian otot –otot belakang), otot – otot paha bagian belakang dan kadang – kadang dapat menimbulkan sensasi mati rasa atau kesemutan yang berat
- d. Pada tingkatan berat dapat mengakibatkan keluhan seperti lumpuh pada bagian pinggang sampai kaki. Hal ini terjadi karena terjepitnya saraf – saraf ditulang belakang, yang fungsinya sebagai pusat refleksi gerak sederhana, sehingga terjadi kelumpuhan total.

#### **4. Faktor Yang Mempengaruhi *Low Back Pain*.**

Berikut adalah faktor risiko yang dapat menyebabkan low back pain pada pekerja menurut Tarwaka (2014) yaitu :

a. Usia.

Pada umumnya keluhan otot sekeletal mulai dirasakan pada usia kerja 25-65 tahun. Keluhan pertama biasanya dirasakan pada usia 35 tahun dan tingkat keluhan akan terus meningkat sejalan dengan bertambahnya umur. Hal ini terjadi karena pada umur tersebut, kekuatan dan ketahanan otot mulai menurun, sehingga resiko terjadi keluhan otot meningkat.

b. Jenis kelamin

Prevalensi terjadinya Low Back Pain lebih banyak pada wanita dibandingkan laki-laki, beberapa penelitian menunjukkan bahwa wanita lebih sering izin untuk tidak bekerja karena LBP. Jenis kelamin 14 sangat mempengaruhi tingkat resiko keluhan otot rangka. Hal ini terjadi secara fisiologis, kemampuan otot wanita lebih rendah daripada pria.

c. Status gizi

Setiap manusia mempunyai bentuk dan ukuran tubuh yang berbeda-beda seperti tinggi-pendek, tua-muda, kurus-gemuk, normalcacat dll, tetapi kita sering hanya mengatur atau mendesain stasiun kerja dengan salah satu ukuran untuk semua orang. Sehingga hanya orang dengan ukuran tubuh tertentu yang sesuai atau tepat untuk menggunakan.

d. Masa kerja.

Masa kerja seseorang berhubungan erat dengan kemampuan fisik, semakin lama masa kerja seseorang, semakin menurun kemampuan fisiknya. Pekerjaan yang dilakukan secara monoton dengan menggunakan anggota fisik secara terus menerus dalam waktu lama dapat menimbulkan rasa nyeri pada otot yang bersangkutan. Masa kerja yang lama dapat memengaruhi low back pain, karena merupakan akumulasi pembebanan pada tulang belakang akibat posisi duduk yang statis, semakin lama bekerja maka semakin tinggi risiko terjadinya low back pain.

e. Riwayat penyakit

Pada kasus penderita low back pain riwayat penyakit merupakan salah satu faktor yang sangat berpengaruh, sebab apabila ada pekerja yang memiliki riwayat penyakit kanker, tumor atau batu ginjal semua penyakit ini mengakibatkan turunnya efektivitas tubuh dan berat badan, sehingga memicu potensi terjadinya low back pain.

## **B. Konsep Masa Kerja**

### **1. Definisi**

Masa kerja adalah jangka waktu atau lamanya seseorang bekerja pada suatu instansi, kantor, dan sebagainya (Koesindratmono, 2011). Masa kerja juga merupakan jangka waktu seseorang yang sudah bekerja dari pertama mulai masuk hingga bekerja. Masa kerja perawat dapat diartikan sebagai sepelehan waktu yang lama dimana seseorang tenaga perawat masuk dalam satu wilayah tempat usaha sampai batas tertentu (Nisak, 2014).

Masa kerja merupakan faktor yang berkaitan dengan lamanya seseorang bekerja di suatu tempat. Masa kerja di perlukan untuk menilai lamanya pekerja mengalami gangguan low back pain. Seorang pekerja yang memiliki masa kerja yang lama sangat berpengaruh terhadap perkembangan dan manifestasinya low back pain. Penelitian yang dilakukan oleh Umami (2014), pekerja yang memiliki masa kerja lebih dari 5 tahun dibandingkan dengan pekerja yang memiliki masa kerja kurang dari 5 tahun banyak mengalami keluhan low back pain.

Menurut Andini (2015), semakin lama pekerja menghabiskan waktu bekerja di area kerja, maka sangat berpengaruh terhadap keluhan low back pain. Low back pain dapat disebabkan oleh berbagai penyakit muskuloskeletal, gangguan psikologis dan mobilitas yang salah. Masa kerja 5-10 tahun sangat berpengaruh terhadap keluhan low back pain.

## **2. Masalah Kesehatan Akibat Masa Kerja**

Penyakit akibat kerjanya banyak di pengaruhi berbagai banyak hal yang bisa mempengaruhi kinerja pekerja, di antara sebab-sebab penyakit akibat kerja menurut Djatmiko (2016) ialah:

### **1. Faktor fisik**

Keadaan fisik seorang dapat mempengaruhi kejadian LBP, kelemahan tulang, kekurangan zat besi, atau kondisi tubuh terkait usia sangat mempengaruhi keluhan LBP yang sering kali dialami pekerja.

### **2. Faktor kimia**

Bahan-bahan kimia merupakan racun-racun dalam industri yang dapat menimbulkan penyakit. Safat dan derajat racun bahan kimia yang dipergunakan dalam industri

### 3. Faktor Biologi

Faktor biologi penyakit akibat kerja banyak ragamnya, yaitu: virus, bakteri, protozoa, jamur, cacing kutu, pijal, serta hewan atau tumbuhan besar. Penyakit yang disebabkan virus misalnya penyakit kutu dan mulut yang pindah dari ternak kepada pekerja dalam perusahaan peternakan. Vaccinia kebanyakan diderita pemerah sapi.

### 4. Faktor Ergonomi

Ergonomi seangao ilmu, teknologi dan seni berupaya menyasakan alat, cara, proses dan lingkungan kerja terhadap kemampuan, kebolehan dan batasan manusi untuk terwujudnya kondisi dan lingkungan kerja yang sehat, aman nyaman dan tercapai efisiensi yang setinggi-tingginya. Pendekatan ergonomi bersifat konseptual dan kuratif, secara populer kedua pendekatan tersebut dikenal sebagai To fit the job to the man and to fit the man the job.

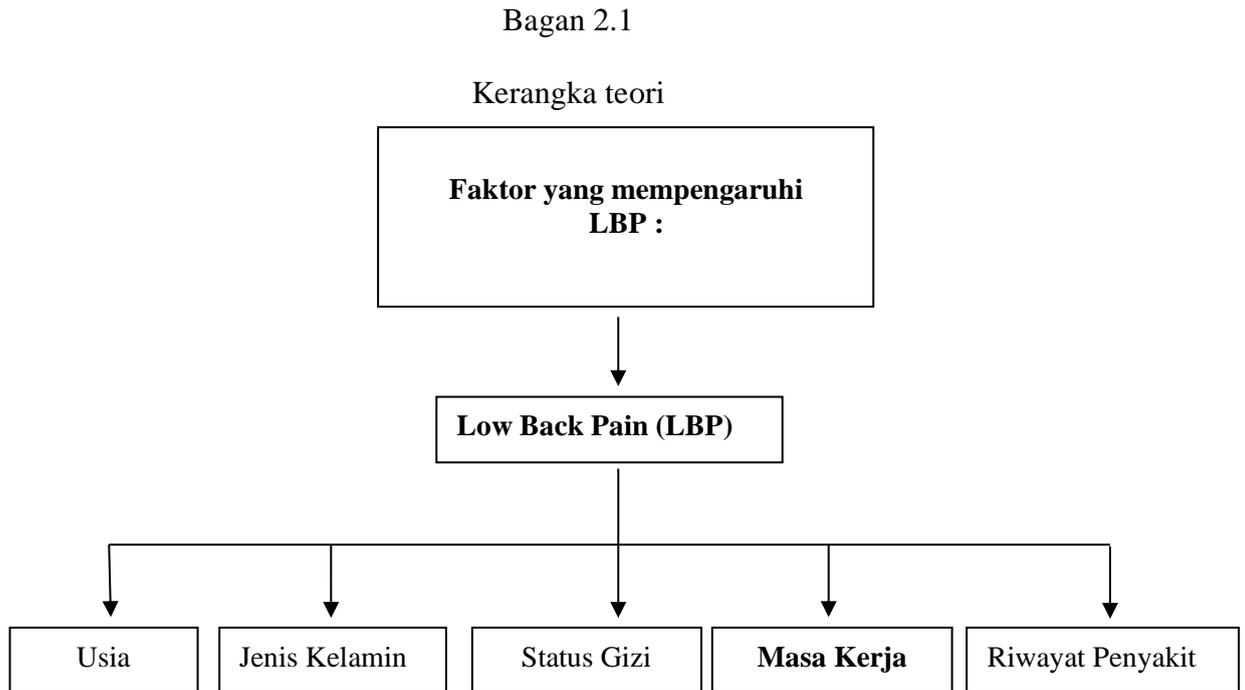
Sebagian besar pekerja di perkantoran atau pelayanan kesehatan pemerintah, bekerja dalam posisi yang kurang ergonomis, misalnya tenaga operator peralatan, hal ini disebabkan peralatan yang digunakan pada umumnya barang impor yang disainya tidak sesuai dengan ukuran pekerja Indonesia. Posisi kerja yang salah dan dipaksakan dapat menyebabkan mudah lelah sehingga kerja menjadi kurang efisien dan dalam jangka panjang dapat menyebabkan gangguan fisik dan psikologis (stress) dengan keluhan yang paling sering adalah nyeri pingga kerja (low back pain).

### 5. Faktor Psikologi

Faktor psikologi adalah faktor yang timbul dari dalam diri seorang pekerja itu sendiri dan biasanya mengakibatkan stress

### C. Kerangka Teori

Kerangka teori merupakan penjelasan tentang teori yang dijadikan landasan dalam suatu penelitian, dapat berupa rangkuman dari berbagai teori yang dijelaskan dalam tinjauan pustaka (Notoatmodjo, 2012). Maka kerangka teori dalam penelitian ini sebagai berikut :



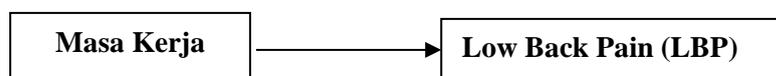
Djarmiko (2016)

### D. Kerangka Konsep

Kerangka konsep dalam penelitian adalah suatu uraian visualisasi hubungan atau kaitan antara konsep yang lainnya atau variabel yang satu dengan variabel yang lain dari masalah yang ingin diteliti (Notoatmodjo, 2012).

Bagan 2.2

Kerangka konsep



E.

## **F. Hipotesis**

Hipotesis penelitian adalah jawaban sementara penelitian, patokan, dugaan atau dalil sementara yang akan dibuktikan dalam penelitian (Notoatmodjo, 2012). Hipotesis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

Ha : Terdapat Hubungan masa kerja dengan keluhan Low Back Pain pada perawat pelaksana Di RSUD BOB Bazar SKM Kalianda Tahun 2022