



Hubungan Beban Kerja Fisik Dengan Kejadian *Low Back Pain* (Nyeri Punggung Bawah) Pada Pekerja Peternak Ayam Petelur Di Desa Hatusua Kabupaten Seram Bagian Barat

The Relationship Between Physical Work Load And The Incidence Of Low Back Pain In Workers Laying Chicken Farmers In Hatusua Village West Seram Regency

Edi Sugiarto^{1*}, Fitria Umagapi², Petrus Resa Leirissa³, Narwan Majida⁴, Zulfikar Lating⁵

STIKes Maluku Husada

Email : edisugiarto628@gmail.com*

Article Info

Article history :

Received : 01-03-2026

Revised : 03-03-2026

Accepted : 05-03-2026

Pulished : 07-03-2026

Abstract

Low Back Pain (low back pain) is a clinical syndrome characterized by the onset of pain symptoms around the lower back that may or may not be accompanied by radiation to the lower legs. Lower back pain can occur due to lifting objects that are too heavy, excessive stretching of the lower back muscles, injury or trauma and non-ergonomic positions such as bending, tilting the body, and reaching or kneeling positions. The purpose of this study was to determine the relationship between workload and the incidence of low back pain (low back pain) in laying hen farmers in Hatusua Village, West Seram Regency. The research method used was observational analytic with a cross-sectional study approach. The sample in this study was 32 respondents. Sampling used a total sampling technique. To obtain results in accordance with the research objectives, the data were analyzed using the Spearman rank correlation test. The results of the study showed a statistically significant relationship between workload and the incidence of low back pain (low back pain) in laying hen farmers in Hatusua Village, West Seram Regency and obtained a sig. value of 0.002 ($p < 0.05$).

Keywords : Physical workload, Low Back Pain

Abstrak

*Low Back Pain (nyeri punggung bawah) adalah sebuah sindrom klinis ditandai dengan timbulnya gejala nyeri di sekitar punggung bawah yang tanpa atau dapat disertai penjarangan pada tungkai bawah. Nyeri punggung bawah bisa terjadi karena mengangkat benda yang terlalu berat, meregangkan secara berlebihan otot-otot punggung bagian bawah, cidera atau trauma serta posisi tidak ergonomis seperti membungkuk, memiringkan badan, dan posisi menggapai atau berlutut. Metode penelitian yang digunakan adalah *observational analitik* dengan pendekatan *cross-sectional study*. Sampel pada penelitian ini sebanyak 32 Responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Untuk mendapatkan hasil sesuai dengan tujuan penelitian maka data dianalisis menggunakan uji *korelasi rank spearman*. Hasil penelitian menunjukkan nilai sig. Sebesar 0,002 ($p < 0,05$). Kesimpulan pada penelitian ini yaitu terdapat hubungan bermakna secara statistik antara beban kerja dengan kejadian *low back pain* (nyeri punggung bawah) pada pekerja peternak ayam petelur di Desa Hatusua Kabupaten Seram Bagian Barat.*

Kata Kunci : Beban kerja fisik, Low Back Pain

PENDAHULUAN

Low Back Pain (nyeri punggung bawah) sebuah sindrom klinis ditandai dengan timbulnya gejala nyeri di sekitar punggung bawah yang tanpa atau dapat disertai penjarangan pada tungkai



bawah. Nyeri punggung bawah bisa terjadi karena mengangkat benda yang terlalu berat, meregangkan secara berlebihan otot-otot punggung bagian bawah, cidera atau trauma serta posisi tidak ergonomis seperti membungkuk, memiringkan badan, dan posisi menggapai atau berlutut yang dapat menyebabkan beberapa dampak *Low Back Pain* (Putri, 2021).

Low Back Pain (nyeri punggung bawah) ialah persoalan kesehatan yang mempengaruhi kinerja serta kesejahteraan kerja dalam jumlah besar. Ada tiga jenis LBP: kronis, subakut dan akut. *Global Burden of Disease* mengatakan 2017, *Low Back Pain* (nyeri punggung bawah) memiliki rata-rata jumlah tahun hidup yang disesuaikan dengan kecacatan lebih besar dari HIV, cedera yang diderita, tuberkulosis, kanker paru-paru, PPOK, juga prematuritas masalah dengan kelahiran. (Primala, 2022).

WHO mengatakan bahwa di negara manufaktur, 2% - 5% karyawan yang merasakan jenis penyakit ini tiap tahunnya, sedangkan *Low Back Pain* (nyeri punggung bawah) bertanggung jawab atas 15% ketidakhadiran di industri baja dan perdagangan. Menurut statistic dari Amerika Serikat, tingkat kejadian tahunan adalah antara 15% dan 20%. Sebanyak 90% kejadian penyakit ini disebabkan oleh postur tubuh yang buruk saat bekerja, bukan oleh penyakit alami (Kumbea, 2021). Presentasi *Low Back Pain* (nyeri punggung bawa) di Indonesia secara nasional bervariasi 7,6% hingga 37% dengan prevalensi sekitar 11,9% berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Putri, 2021).

Ketika seorang pekerja dalam melakukan suatu pekerjaan umumnya melakukan pekerjaannya menggunakan gerakan membungkuk dan memutar tubuh, khususnya di sekitar tulang punggung bawah, mengangkat benda berat, dan mentransfer pasien merupakan faktor risiko terbesar terkena *Low back pain* (nyeri punggung bawah) (Ningsih, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 32 karyawan/pekerja yang dilakukan didapatkan hasil bahwa karyawan yang bertugas cenderung lebih banyak dalam melakukan kegiatan pekerjaan secara tidak langsung seperti mengantarkan kartu pesanan pelanggan, terkadang membantu dalam pengambilan pakan ternak ayam, mengambil obat untuk ayam, mendaftarkan pemeriksaan masuk bibit ayam, keluarnya telur yang sudah dipesan sebelumnya, penunjang secara mandiri serta ketika melakukan wawancara kepada masing-masing kepala kandang, didapatkan hasil beban kerja para pekerja di mess beban kerja yang dirasakan Berat dan beberapa pekerja juga sempat mengeluhkan *low back pain*.

Beranjak dari permasalahan tersebut, maka membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada peternakan ayam petelur serta mengidentifikasi hubungan beban kerja dengan kejadian *low back pain* pada karyawan dengan judul penelitian Hubungan Beban Kerja Dengan Kejadian *Low Back Pain* (nyeri punggung bawah) Pada Pekerja Peternak Ayam Petelur di Desa Hatusua Kairatu Seram Bagian Barat.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian observational dengan pendekatan *cross-sectional study* yaitu penelitian yang mendesain pengumpulan data dilakukan pada satu titik (*at one point in time*). Peneliti tidak melakukan tindakan pada penelitian melainkan hanya mengumpulkan data tentang beban kerja dan *Low Back Pain* kemudian peneliti memberikan analisa mengenai hubungan beban kerja dengan kejadian *Low Back Pain* pada Pekerja Peternak Ayam Petelur di Desa Hatusua Kecamatan Kairatu Kabupaten Seram Bagian Barat.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Data

1. Karakteristik Responden

Karakteristik demografi responden meliputi usia, jenis kelamin, pendidikan terakhir, dan pekerjaan.

a. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n	(%)
Usia (Tahun)		
Remaja Akhir (17-25)	9	28.1
Dewasa Awal (26-35)	11	34.4
Dewasa Akhir (36-45)	4	12.5
Lansia Awal (46-55)	8	25.0
Jenis Kelamin		
Laki-laki	19	59.4
Perempuan	13	40.6
Pendidikan		
SMP	3	9.4
SMA	29	90.6
Total	32	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki usia pada kategori usia Dewasa Awal yaitu sebanyak 11 (34.4%) responden dan yang paling sedikit berada pada kategori usia dewasa akhir, yaitu 4 (12.5%) responden.

Kemudian berdasarkan jenis kelamin yaitu terdapat 19 (59.4%) responden berjenis kelamin laki-laki dan 13 (40.6%) responden berjenis kelamin perempuan. Setelah itu berdasarkan tingkat pendidikan, terdapat 29 (90.6%) responden berpendidikan SMA dan terdapat 3 (9.4%) responden berpendidikan SMP.

1) Distribusi responden berdasarkan beban kerja fisik pekerja peternakan ayam petelur

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan beban kerja fisik pekerja peternakan ayam petelur

Beban Kerja	n	(%)
Berat	19	59.4
Sedang	9	28.1
Ringan	4	12.5
Total	32	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa responden yang memiliki beban kerja berat sebanyak 59.4%, dan responden yang memiliki beban kerja ringan sebanyak 12.5%.

2) Distribusi responden berdasarkan Kejadian *Low Back Pain* (Nyeri punggung bawah) Pada Pekerja Peternakan Ayam Petelur



Tabel 3.
Distribusi responden berdasarkan Kejadian *Low Back Pain* (Nyeri punggung bawah)

Beban Kerja	Kejadian <i>Low Back Pain</i>								sig
	Ringan		Sedang		Tinggi		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Ringan	3	9.4	1	3.1	0	0	4	12.5	0.002
Sedang	0	0	8	25.0	1	3.1	9	28.1	
Berat	0	0	5	15.6	14	43.8	19	59.4	
Total	3	9.4	14	43.8	15	46.9	32	100	
<i>Low Back Pain</i>					n		(%)		
Tinggi					15		46.9		
Sedang					14		43.8		
Ringan					3		9.4		
<i>Total</i>					32		100		

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa responden yang mengalami kejadian *Low Back Pain* pada kategori tinggi sebanyak 46.9%, dan responden yang mengalami kejadian *Low Back Pain* pada kategori ringan sebanyak 9.4%.

Hasil Analisis Data

Hubungan Beban Kerja fisik dengan Kejadian *Low Back Pain* (Nyeri punggung bawah) Pada Pekerja Peternakan Ayam Petelur

Tabel 4. Hubungan Beban Kerja fisik dengan Kejadian *Low Back Pain* Pada Pekerja Peternakan Ayam Petelur. Tabel 1.4 menunjukkan bahwa dari (12.5%) pekerja peternakan yang memiliki beban kerja ringan, terdapat (9.4%) pekerja peternakan yang mengalami kejadian *low back pain* pada kategori ringan, dan terdapat (3.1%) pekerja peternakan yang mengalami kejadian *low back pain* pada kategori sedang.

Dari (28.1%) pekerja peternakan yang memiliki beban kerja sedang, terdapat (25.0%) pekerja peternakan yang mengalami kejadian *low back pain* pada kategori sedang. Kemudian terdapat (28.1%) pekerja peternakan yang mengalami kejadian *low back pain* pada kategori tinggi.

Dari (59.5%) pekerja peternakan yang memiliki beban kerja berat, terdapat (15.6%) pekerja peternakan yang mengalami kejadian *low back pain* pada kategori sedang, dan terdapat (43.8%) pekerja peternakan yang mengalami kejadian *low back pain* pada kategori tinggi.

Setelah dilakukan uji statistic dengan menggunakan uji *chi-square* didapatkan nilai *p-value* = 0.002 ($p < 0,05$) artinya terdapat hubungan signifikan secara statistik antara beban kerja fisik dengan *low back pain* (Nyeri punggung bawah) pada pekerja peternakan ayam di Desa Hatusua Kabupaten Seram Bagian Barat.

Pembahasan

Hubungan Beban Kerja fisik dengan Kejadian *Low Back Pain* (Nyeri punggung bawah) pada Pekerja Peternak Ayam Petelur di Desa Hatusua Kairatu Seram Bagian Barat

Sikap kerja yang buruk dapat menyebabkan sakit punggung. Secara teoritis, salah satu faktor penyebab sakit punggung adalah postur tubuh yang salah. Menurut Penelitian Wakid sebelumnya dari tahun 2022 dan termasuk dari 50 pekerja di wilayah tersebut diketahui bahwa keluhan karyawan sakit punggung dapat dipengaruhi oleh sikap kerja mereka. *Low back pain* (nyeri



punggung bawah) jika tidak segera ditangani dengan segera dapat mengakibatkan gangguan tidur, kecacatan, kurangnya produktivitas kerja dan kesulitan dalam melaksanakan kegiatan sehari-hari serta keterbatasan dalam melaksanakan profesi pekerjaan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa beban kerja pekerja peternakan ayam petelur mempunyai hubungan yang signifikan dengan kejadian *low back pain*. Karena berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai signifikansi hubungan antara beban kerja pekerja peternakan ayam petelur mempunyai hubungan yang signifikan dengan kejadian *low back pain* di Desa Hatusua Kecamatan Kairatu Kabupaten Seram Bagian Barat, yaitu $p \text{ value} = 0,002$ yaitu $< \alpha (0,050)$.

Hasil penelitian di atas sejalan dengan hasil penelitian Lestari I (2023), pada Karyawan PT. Pos Indonesia KCU Makassar, yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara beban kerja dengan kejadian *low back pain*, yang memperoleh nilai signifikansi $p \text{ value} = 0,000$. Selanjutnya Karlina D (2022), menunjukkan hasil penelitiannya pada pekerja panglon di Kecamatan Saketi yang menjelaskan bahwa ada hubungan antara beban kerja dengan kejadian *low back pain*, yang memperoleh nilai signifikansi $p \text{ value} = 0,016$.

Selain itu Cusmari (2023), menggambarkan hasil penelitiannya di Rumah Sakit Haji Jakarta, bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kejadian *low back pain*, pada perawat di Rumah Sakit Haji Jakarta, yang memperoleh nilai signifikansi $p \text{ value} = 0,015$.

Menurut Tarwaka dalam Raditya MR (2024), semakin berat beban kerja yang diterima dalam hal ini jumlah target yang diproduksi banyak, maka lama kerja disetiap minggunya juga meningkat. Pekerjaan atau Gerakan yang menggunakan tenaga besar dan secara langsung akan memberikan beban mekanik yang besar terhadap otot, tendon, ligament, dan sendi. Beban yang berat akan menyebabkan iritasi, inflamasi, kelelahan otot, kerusakan otot, tendon, dan jaringan lainnya sehingga menyebabkan *low back pain*. Dengan demikian maka dapat dijelaskan bahwa beban kerja yang berlebihan akan mempengaruhi kondisi Kesehatan tubuh jikalau tidak diatur jam istirahat dengan baik. Selain itu hubungan antara beban kerja dengan kejadian *low back pain* memberikan arti bahwa semakin berat beban kerja yang dialami pekerja maka semakin tinggi pula resiko kejadian *low back pain*. Hal ini yang menunjukkan hubungan signifikan terhadap suatu proses pekerjaan yang tidak seimbang antara beban kerja dan waktu istirahat pekerja terhadap kejadian *low back pain*. Oleh karena itu para pekerja perlu meminimalisir kegiatan-kegiatan ekstra diluar tugas pekerjaannya agar dapat menghemat energi atau tenaga Ketika dihadapkan dengan proses kerja yang berat sehingga dapat pula mengurangi kejadian *low back pain* pada pekerja.

KESIMPULAN

Sebagian besar pekerja peternakan ayam petelur di Desa Hatusua Kabupaten Seram Bagian Barat memiliki beban kerja pada kategori berat 59.4%. Sebagian besar pekerja peternakan ayam petelur di Desa Hatusua Kecamatan Kairatu Kabupaten Seram Bagian Barat mengalami kejadian *low back pain* pada kategori tinggi 46.9%. Terdapat hubungan bermakna secara statistik antara beban kerja fisik dengan kejadian *low back pain* pada pekerja peternakan ayam petelur di Desa Hatusua Kabupaten Seram Bagian Barat. Dilihat dari hasil uji statistik *chi square* di dapatkan nilai $p \text{ value} = 0,002$ yaitu $< \alpha (0,050)$.



DAFTAR PUSTAKA

- Cusmari , 2023. *Hubungan Beban Kerja Terhadap Kejadian Low Back Pain Dan Burnout Pada Perawat Di Rumah Sakit Haji Jakarta*. Jurnal Ilmiah Keperawatan. Vol. 9. No 1. STIKES Abdi Nusantara ; Jombang.
- Lestari I, 2023. *Hubungan Beban Kerja Dan Postur Kerja Dengan Keluhan Low Back Pain*. Journal of Muslim Community Health. Vol. 4. No 2. UNHAS ; Makassar.
- Ningsih, K. W. (2021). *Keluhan Low Back Pain Pada Pekerja PT. Makmur, Selasih Pangkalan Kerinci*. Jurnal Ipteks Terapan.
- Primala, (2022). *Gambaran Low Back Pain pada perusahaan X*. Pusat Perhimpunan Dokter Spesialis Saraf Indonesia. (2016).
- Putri, (2021). *Hubungan Beban Kerja Fisik Dan Mental Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders Pada Tenaga Kerja Bongkar Muat Di Pelabuhan Tilamuta*. *Jurnal Riset Kesehatan Modern*, 7(2).
- Raditya M R , 2024. *Hubungan Beban Kerja Terhadap Kejadian Low Back Pain Pada Pekerja Industri Di CV Multibangunan Jember*. Jurnal Ilmu Kesehatan Medic Nutricia. Vol. 6. No 1. Cahaya Ilmu Bangsa Institut; Malang.