



RESEARCH ARTICLE

HUBUNGAN DURASI LAMA KERJA PADA SUPIR TRUK DENGAN PENYAKIT NYERI LEHER DI KABUPATEN MALANG KECAMATAN GONDANGLEGI

Kahfi Akbar Mahendra¹, Rakhmad Rosadi², Arys Hasta Baruna³

^{1,2,3}*Departemen Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Malang*

*E-mail: Kahfiakbarm@gmail.com

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
<p>Histori artikel : Diterima 28 Juni Revisi 25 Oktober Diterima 20 Januari Tersedia Online 31 Januari</p>	<p>Latar Belakang: Supir truk dapat dikatakan termasuk pekerja yang sering berpindah tempat atau bergerak (mobile population) disebabkan sifat pekerjaannya. Pekerjaan sebagai sopir truk dapat membawa para sopir kepada risiko atau masalah yang sewaktu-waktu dapat terjadi di perjalanan, seperti kecelakaan, kerusakan kendaraan, kemacetan, tuntutan dari tengkulak atau majikan, dan mendapat sanksi tindakan pelanggaran. Namun dampak negative nyeri leher dapat timbul akibat Rutinitas dalam lamanya duduk yang salah cenderung dapat memberikan dampak buruk pada kesehatan. Salah satu dampak tersebut adalah munculnya keluhan atau gangguan muskuloskeletal. Sistem muskuloskeletal yang rentan mengalami gangguan yaitu pada bagian leher dimana paling banyak diderita oleh para pekerja. Gangguan pergerakan yang terjadi baik pada diskus, ligamen, atau sendi dapat mengakibatkan sensasi nyeri, rasa kurang nyaman di daerah leher bahkan sampai terjadi disabilitas. Nyeri leher yang diakibatkan oleh karena pekerjaan dikenal sebagai Work Related Neck Pain (WRNP). Metode: Metode penelitian dengan pendekatan cross sectional. Sampel berjumlah 34 peserta dengan instrument berupa wawancara, kuesioner. Analisa data dilakukan dengan uji chi square. Hasil: Penelitian ini menunjukkan bahwa rata rata pekerja supir truk lebih dari 8 jam sebanyak 100%. dan nyeri leher sebesar 44% untuk skala 60-80% (crippled). Hasil hubungan pola lama duduk supir truk dengan nyeri leher dalam sehari menunjukkan p value 0,000 (p<0,005). Kesimpulan: Terdapat hubungan antara lama duduk bekerja sebagai supir truk dengan nyeri leher pada supir truk Kabupaten Malang Kecamatan Gondanglegi.</p>

PENDAHULUAN

Sopir truk dapat dikatakan termasuk pekerja yang sering berpindah tempat atau bergerak (mobile population) disebabkan sifat pekerjaannya. Pekerjaan sebagai sopir truk dapat membawa para sopir kepada risiko atau masalah yang sewaktu-waktu dapat terjadi di perjalanan, seperti kecelakaan, kerusakan kendaraan, kemacetan, tuntutan dari tengkulak atau majikan, dan mendapat sanksi tindakan pelanggaran Penyakit akibat kerja sebanyak 4.444 penyakit yang disebabkan oleh pekerjaan dan lingkungan kerja. Faktor risiko PAH mencakup 4.444 faktor lainnya. Ada 4.444 kelompok tempat kerja fisik, kimia, biologi, atau psikososial. Faktor lingkungan kerja inilah yang menjadi penyebab utama dan menentukan terjadinya penyakit akibat kerja. Faktor lain, Kerentanan individu juga mempengaruhi perkembangan penyakit pada 4.444 pekerja yang terpapar. Angka kematian akibat kecelakaan kerja sebanyak 4.444 orang dan angka kejadian penyakit akibat kerja sangat tinggi. Menurut data International Labour Organization (ILO, 2018), sekitar 444,38 juta pekerja, atau 13,7 dari 2,78 juta pekerja, meninggal setiap tahunnya akibat kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja. Selain itu, lebih dari 4.44.374 juta orang terluka dan 4.444 orang terluka atau sakit akibat 4.444 kecelakaan industri setiap tahunnya.

METODE

Penelitian empiris ini bertujuan untuk menguji hipotesis yang diajukan dalam penelitian (studi kausal) berdasarkan temuan penelitian

sebelumnya. Pada penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan pendekatan cross sectional. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan durasi lama duduk saat bekerja pada sopir truk dengan kejadian nyeri leher di kabupaten malang kecamatan gondanglegi. Teknik pengambilan sampel ini menggunakan teknik purposive Sampling teknik ini dilakukan sebagai berikut dari jumlah Sopir Truk di Kabupaten Malang Kec. Gondanglegi sejumlah 104 Sopir Dari total 104, pada penelitian ini saya hanya menggunakan sampel minimal 30 berdasarkan hasil perhitungan menggunakan rumus sampel di sub pembahasan sebelumnya Untuk menghindari kekurangan sampel minimal sampel maka penulis menambahkan jumlah sampel yaitu sebanyak 34 sampel. Selanjutnya memperoleh sampel dengan cara mengidentifikasi sampel dengan mengidentifikasi karakteristik yang sesuai dengan tujuan penelitian. Penelitian ini menggunakan analisis data berupa analisis statistik inferensial. Selain itu statistik inferensial disebut juga statistik induktif. Artinya, statistik yang berkaitan dengan analisis data dari suatu sampel untuk kemudian menarik kesimpulan dari berbagai informasi, dan umumnya digeneralisasikan kepada subjek yang memiliki lokasi pengumpulan data dalam kelompok yang sama. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Analisis univariat ini bertujuan untuk menjelaskan/mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti. Bentuknya tergantung dari jenis datanya, untuk data numerik digunakan nilai mean (rata-rata), median, standard deviasi, dan

inter kuartil range, minimal dan maksimal. Dalam penelitian ini, yang diukur untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan usia supir truk, Lama menyupir dalam sehari. Analisis bivariat menggunakan crosstab untuk menyorot dan menganalisis perbedaan atau hubungan antara dua variabel. Analisis Chi-square digunakan pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ untuk menguji apakah terdapat perbedaan/hubungan antara variabel metode ceramah dan metode demonstrasi terhadap peningkatan vitalitas sehat keluarga. Analisis chi-square dengan program SPSS

menghasilkan p-value sebesar dibandingkan dengan $\alpha = 0,05$. Jika p-value lebih kecil dari $\alpha = 0,05$ maka terdapat hubungan/perbedaan antara kedua variabel Uji Chi-Square. Uji chi-square merupakan salah satu jenis uji perbandingan nonparametrik yang dilakukan terhadap dua variabel, dimana skala data kedua variabel berupa nilai nominal. Jika Anda memiliki dua variabel skala nominal variabel, uji chi-kuadrat dilakukan dengan mengacu pada uji, yang sebaiknya digunakan pada level terendah.

HASIL

Setelah pengambilan data dilakukan kemudian dianalisis menggunakan *software* SPSS, didapatkan hasil :

Univariat yang disajikan pada Tabel 1. Sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik Subjek Penelitian

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (n)
Usia		
20-25 Tahun	3	8.8
26-30 Tahun	12	35.3
31-35 Tahun	13	38.2
36-40Tahun	2	5.9
40-45Tahun	4	11.8
Lama Menyupir		
14 Jam	7	20.6
15 Jam	2	5.9
16 Jam	12	35.3
18 Jam	34	38.2
Jam Kerja		
Baik	0	0
Kurang Baik	34	100
Nyeri Leher		
0-20% (Minimal)	3	8.8
20-40% (Moderate)	4	11.8
40-60% (Severe)	11	32.4
60-80% (Crippled)	16	47.1

Berdasarkan Tabel 1. Usia terbanyak berada pada usia 28 tahun (35%) dan rata rata usia 23 tahun,24 tahun,25 tahun, DLL hampir. Gambar diatas bahwa supir truk terbanyak menyupir selama 16 jam dan 14 jam.Dalam persentase 16 jam 38% dan 14 jam 38%.Supir Truk bekerja di jam kerja yang kurang baik 100%. menunjukkan frekuensi nyeri leher pada supir truk terbanyak berada pada skala nyeri 60-80% (crippled) sebesar 47,1% dan terendah pada skala 0-20% Minimal sebesar 8,8%

Hasil analisis bivariat memakai metode uji *chi-square* antara kedua variabel yang kemudian ditampilkan dalam Tabel 2.

Tabel 2. Hubungan lama duduk menyupir dan nyeri leher

Lama Duduk Supir Truk	Nyeri Leher								Total	<i>P value</i>	
	0-20% (minimal)		20-40% (moderate)		40-60% (severe)		60-80% (crippled)				
	n	%	n	%	n	%	n	%			
>8 jam dalam sehari	4	11,8%	3	8,8%	11	32,4%	16	47,1%	34	100%	0.0000
<8 jam dalam sehari	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%	100%
Jumlah	4	11%	3	8,8%	11	32,4%	16	47,1%	34	100%	0.0000

Berdasarkan Tabel 2., ditemukan Hasil analisa menggunakan uji chi square pada table , didapatkan nilai p (*p value*) sebesar) 0.0000 maka kesimpulannya terhadap hubungan antara lama menyupir supir truk dalam sehari terhadap nyeri leher di Kab.Malang Kec.Gondanglegi

PEMBAHASAN

Karakteristik Subjek Penelitian

Pada penelitian ini mengambil sampel pengemudi supir truk yang dilakukan Kabupaten Malang Kecamatan Gondanglegi. Jumlah sampel yang dibutuhkan adalah 34 sampel yang telah memenuhi syarat kriteria inklusi dan eksklusi.. Usia menjadi salah satu faktor resiko terjadinya *non-specific neck pain*, oleh sebab itu peneliti mengontrol usia sampel penelitian.

Seluruh sampel dalam penelitian ini adalah berjenis kelamin laki-laki karena dalam lingkup seluruh pengemudi supir truk karena dalam Supir Truk Kabupaten Malang Kecamatan Gondanglegi belum ditemukan pengemudi berjenis kelamin perempuan.Hal ini dikarenakan kekuatan dan faktor tingkat energi yang dimiliki laki-laki lebih besar sehingga berdampak pada stamina yang lebih besar sebagai bekerja bertugas sebagai seorang pengemudi.

Setiap subjek penelitian bekerja selama lebih dari delapan jam setiap hari.

Kondisi ini menyebabkan pengemudi duduk dalam waktu yang lama, mengurangi aktivitas otot, dan menekan otot. Jika seseorang bekerja dengan aktivitas yang monoton selama lebih dari 8 jam, dan pandangan mata terus berfokus ke depan, otot-otot menjadi tegang dan pada akhirnya mengubah postur.

Hubungan Durasi lama kerja dengan resiko Neck Pain

Berdasarkan analisis bivariat dengan metode uji *chi-square* terhadap jumlah data penelitian sebanyak 34 responden, didapatkan hasil nilai p sebesar 0,000 dimana nilai $p < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pola lama duduk dengan kejadian *neck pain* pada pengemudi Supir Truk Kabupaten Malang Kecamatan Gondanglegi. Pada tabel 2 menunjukkan sebagian besar pengukuran memakai Neck Pain Disability Index memiliki sekitar hasil 16 pengemudi (47%) di tingkat 60-80% (crippled), 11 (32%) orang ditingkat severe 40-60%, 3 pengemudi (8%) di tingkat moderate dan 4 pengemudi di tingkat minimal 0-20%

Pengendara disarankan untuk melakukan latihan di tempat kerja atau saat istirahat dua kali sehari. Stretching bagian leher (lateral dan posterior), tangan, dan punggung dilakukan selama lima detik dan lima kali pengulangan. Selain itu, Anda dapat melakukan ankle pumping dan deep breathing dua kali sehari di tempat kerja. Dengan memperluas cakupan sampel yang diteliti menjadi pengemudi bus antar kota dan antar provinsi, peneliti dapat memastikan lebih lanjut apakah Neck Pain yang terjadi murni disebabkan oleh faktor postur kerja atau ada faktor lain yang lebih mempengaruhi adanya Neck Pain pada pengemudi truk. Mereka juga dapat mengontrol faktor getaran dan faktor lain.

Pengemudi dapat melakukan beberapa latihan untuk mengurangi nyeri di leher mereka jika mereka terus

merasakan nyeri. Ada beberapa latihan yang disarankan, termasuk 1) latihan penguatan (latihan untuk meningkatkan kekuatan), 2) latihan peregangan (latihan peregangan), 3) latihan napas dalam-dalam (latihan peregangan), dan 4) latihan ketahanan dinamis. Selain itu, penting bagi pengemudi untuk belajar tentang ergonomi atau postur kerja yang baik, karena ini dapat membantu mengurangi Neck Pain.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa proporsi (100%). Supir bekerja lebih dari 12 jam dan itu dapat menyebabkan beresiko. Hasil uji statistic Chi-Square didapatkan nilai p value 0,0008 ($p < 0,05$) berarti terdapat hubungan pola lama duduk sopir truk dengan resiko terjadinya nyeri leher di Kabupaten Malang Kelelahan dan nyeri punggung dapat disebabkan oleh duduk terlalu lama. Alat yang tidak ergonomis, postur yang salah, dan tempat duduk yang digunakan sopir tidak sesuai dengan antropometri tubuh. Jika Anda duduk dengan cara yang salah saat mengemudi, Anda akan cepat kelelahan karena tegangan pada otot punggung, yang pada gilirannya menyebabkan nyeri di punggung bawah. Kebanyakan kendaraan yang digunakan oleh sopir-sopir memiliki tempat duduk yang tidak ergonomis. Hal ini dapat menyebabkan masalah muskuloskeletal seperti nyeri punggung

DAFTAR PUSTAKA

- A. Rahman, A. S., Muis, M., & Thamrin, Y. (2021). Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Nyeri Leher Pada Karyawan Pt. Angkasa Pura. *Hasanuddin Journal of Public Health*, 2(3), 266–280.
<https://doi.org/10.30597/hjph.v2i3.13683>
- Adnyana, I. M. D. M. (2021). Populasi dan Sampel. Metode Penelitian

- Pendekatan Kuantitatif, 14(1), 103–116.
- Afif, N., Jayanti, S., & Wahyuni, I. (2021). Hubungan Postur Kerja, Durasi Mengemudi Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah (NPB) Pada Sopir Truk Barang Antar Kota Di CV Semeru Putra Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(1), 65–71. <http://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jkm>
- Analia, A., Sabilu, Y., & Pratiwi, A. D. (2022). Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Low Back Pain (Lbp) Pada Sopir Dump Truck Di Pt Tms Kab. Bombana Tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Dan Keselamatan Kerja Universitas Halu Oleo*, 2(4), 162–168. <https://doi.org/10.37887/jk3-uho.v2i4.23650>
- Annisa, N. G., Efendi, R., & Chairani, L. (2020). Hubungan Sistem Pembelajaran Daring dengan Kesehatan Mental Mahasiswa Di Era COVID-19 Menggunakan Chi-Square Test dan Dependency Degree. 600–607.
- Bagaswara, D. G., Antari, N. K. A. J., Widnyana, M., & Wibawa, A. (2021). Pengaruh Durasi Kerja Terhadap Disabilitas Leher Pada Sopir Taksi Online Di Denpasar. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 9(2), 122. <https://doi.org/10.24843/mifi.2021.v09.i02.p11>
- Fadli, R. (2008). Eksploitasi Seksual Komersial Anak di Indonesia. Medan, Restu Printing Indonesia, Hal.57, 21(1), 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1>
- Kazeminasab, S., Nejadghaderi, S. A., Amiri, P., Pourfathi, H., Aradj-Khodaie, M., Sullman, M. J. M., Kolahi, A. A., & Safiri, S. (2022). Neck pain: global epidemiology, trends and risk factors. *BMC Musculoskeletal Disorders*, 23(1), 1–13. <https://doi.org/10.1186/s12891-021-04957-4>
- Monalisa, U., Sibakir, & Listiawati, R. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Tidak Aman Pada Pekerja Service Pt. Agung Automall Cabang Jambi. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(10), 3391–3398. <https://stp-mataram.e-journal.id/JIP/article/view/1332>
- Ogasawara, H. (2008). The calcium kinetics and inositol trisphosphate receptor properties shape the asymmetric timing window of coincidence detection. *Journal of Neuroscience*, 28(17), 4293–4294. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.0644-08.2008>
- Parnanto, W. I., Djaali, N. A., & Endarti, A. T. (2024). Hubungan Durasi Mengemudi Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah (Low Back Pain) Pada Pengemudi Bus Akap Di Terminal Kampung Rambutan Tahun 2023 Abstrak. 16(September), 376–384.
- Priantoro, H. (2018). Hubungan Beban Kerja Dan Lingkungan Kerja Dengan Kejadian Burnout Perawat Dalam Menangani Pasien Bpjs. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 16(3), 9–16. <https://doi.org/10.33221/jikes.v16i3.33>
- Senjaya, S., Sriati, A., & Maulana, I. (2022). 1,2,3,4. 2(3), 1003–1010.
- Setiawan, A., & Pasha, D. (2020). Sistem Pengolahan Data Penilaian Berbasis Web Menggunakan Metode Piecies. *Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi*, 1(1), 97–104. <https://doi.org/10.33365/jtsi.v1i1.225>
- Syahfila, A. (2019). RESISTENSI SOPIR TRUK GUNA MENGHADAPI TEKANAN PIHAK LAIN DALAM

PEKERJAANNYA (Studi Kasus pada Sopir Truk Ekspedisi di Kabupaten Banyuwangi). 9–25.