



Perilaku Pencegahan dan Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Pramuniaga Perempuan

Muh. Syaiful Akbar

Jurusan Ortotik Prostetik, Politeknik Kesehatan Kemenkes Surakarta

Abstrak

Nyeri punggung bawah menjadi masalah umum dalam kesehatan global. Beberapa faktor dapat menyebabkan terjadinya nyeri punggung bawah pada tenaga kesehatan, yaitu masa kerja dan lama bekerja dalam sehari. Penelitian ini bertujuan menganalisis perilaku pencegahan dan faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian nyeri punggung bawah pada pekerja perempuan di Surakarta dengan penggabungan *Health Belief Model* (HBM) dan *Social Cognitive Theory* (SCT). Desain studi menggunakan *analitik observational* dengan desain *cross sectional* dilakukan di Surakarta, Jawa Tengah, Indonesia. Penelitian ini mengambil sampel sebanyak 203 pekerja pramuniaga perempuan dengan menggunakan *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner dan menggunakan uji *chi-square*. Faktor risiko usia mempengaruhi terjadinya nyeri punggung bawah pada pekerja perempuan ($P_v=0,000$; $OR=5,39$), masa kerja ($P_v=0,000$; $OR=5,11$) dan lama sikap berdiri ($P_v=0,001$; $OR=0,12$). Konsep HBM yaitu persepsi ancaman turut andil dalam perilaku pencegahan dan faktor risiko terjadinya nyeri punggung bawah ($P_v=0,0019$; $OR=2,47$). SCT dalam hal ini *observational learning* ($P_v=0,0001$; $OR=3,33$) dan *vicarious learning* ($P_v=0,000$; $OR=2,74$) berpengaruh terhadap perilaku pencegahan dan faktor risiko nyeri punggung bawah. Perilaku pencegahan dan faktor risiko terjadinya nyeri punggung bawah pada pekerja perempuan di Surakarta signifikan terhadap beberapa variabel yaitu usia, masa kerja, lama sikap berdiri, persepsi ancaman, *observational learning* dan *vicarious learning*.

Kata Kunci: Faktor risiko, *health belief model*, nyeri punggung bawah, perilaku pencegahan, *social cognitive theory*.

Abstract

*Low back pain is a common problem in global health. Several factors such as working period and length of work in a day can cause low back pain in health workers. This study aimed to analyze the preventive behavior and risk factors associated with the incidence of low back pain in female workers in Surakarta by combining the Health Belief Model (HBM) and Social Cognitive Theory (SCT). This study used an observational analytic cross-sectional design. The research was performed in Surakarta, Central Java, Indonesia. This study took a sample of 203 female workers by simple random sampling. The data were collected by means of a questionnaire and using the chi-square test. Age risk factors affect the occurrence of low back pain in female workers ($P_v = 0.000$; $OR = 5.39$), years of service ($P_v = 0.000$; $OR = 5.11$) and length of standing posture ($P_v = 0.001$; $OR = 0.12$). The concept of HBM, which is the perception of threat, contributes to prevention behavior and is a risk factor for low back pain ($P_v=0.0019$; $OR=2.47$). SCT in this case *observational learning* ($P_v=0.0001$; $OR=3.33$) and *vicarious learning* ($P_v=0.000$; $OR=2.74$) had an effect on prevention behavior and risk factors for low back pain. Preventive behavior and risk factors for low back pain among female workers in Surakarta are significant for several variables, namely age, years of service, length of standing, perception of threat, *observational learning* and *vicarious learning*.*

Keywords: Risk factors, *health belief model*, low back pain, preventive behavior, *social cognitive theory*.

Korespondensi*: Muh. Syaiful Akbar, Jurusan Ortotik Prostetik, Politeknik Kesehatan Kemenkes Surakarta, Jl. Adi Sumarmo, Tohudan, Colomadu Karanganyar 57173, E-mail: asyaifulop@gmail.com, Phone: +6282325070569

<https://doi.org/10.33221/jikm.v11i05.1569>

Received : 20 Desember 2021 / Revised : 22 Maret 2022 / Accepted : 5 April 2022

Copyright © 2022, Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat, p-ISSN: 2252-4134, e-ISSN: 2354-8185

Pendahuluan

Saat ini kesehatan tidak hanya dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari, tetapi juga terkadang aktivitas tersebut yang dapat menyebabkan terjadinya gangguan pada kesehatan seperti dalam pekerjaan yang mengakibatkan masalah pada gangguan fungsional yang disebabkan oleh kebiasaan dalam beraktivitas. Salah satu masalah kesehatan yang sering dikeluhkan oleh tenaga kerja dalam beraktivitas yaitu keluhan nyeri punggung bawah. Nyeri punggung bawah sudah menjadi masalah kesehatan secara global yang dapat disebabkan berbagai faktor atau multifaktor.^{1,2}

Banyak hal yang dapat menyebabkan terjadinya nyeri punggung bawah, jenis pekerjaan yang dilakukan seseorang dapat berhubungan dengan terjadinya nyeri punggung bawah seperti pekerja konstruksi, pekerja layanan publik, pekerja tenaga medis, pekerja umum dan lainnya.³⁻

⁵ Laporan survei wawancara kesehatan mencatat sebanyak 21% masyarakat di Belgia dari umur lebih dari 15 tahun dinyatakan mengalami keluhan nyeri punggung bawah.⁶ Penelitian yang dilakukan di Turki melaporkan bahwa 48,3% pekerja mengalami nyeri ringan, 24,8% mengalami nyeri sedang dan 10,3% mengalami nyeri berat. Sebanyak 62,1% dari pekerja tersebut mengalami nyeri punggung bawah setelah bekerja dengan posisi tubuh yang sama secara terus menerus.⁷

Di Indonesia, untuk prevalensi nyeri punggung bawah menurut data Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2018 sebanyak 18%, prevalensi tersebut dapat mengalami peningkatan seiring dengan adanya pertambahan usia dan sering terjadi pada usia dekade tengah dan usia awal dekade. Secara umum faktor yang dapat menyebabkan terjadinya nyeri punggung bawah oleh seorang pekerja yaitu jenis kelamin, usia, indeks massa tubuh, masa

kerja dan lama bekerja pada seorang pekerja, sikap dan posisi berdiri.⁸

Salah satu pekerjaan yang berisiko dapat terjadi keluhan nyeri punggung bawah yaitu pramuniaga perempuan. Aktivitas yang dilakukan dapat merubah postur struktur pada tubuh, otot-otot yang berada pada punggung juga dapat mengalami spasme sehingga terjadinya nyeri dibagian punggung bawah. Kondisi tersebut berupa keadaan tidak menyenangkan yang dialami oleh seseorang dari pengalaman sensorik meliputi keadaan nyeri dirasakan di daerah punggung bawah yang dapat terjadi akibat dari faktor fisik, pekerjaan yang berhubungan seperti sifat fisik suatu pekerjaan dan psikososial.

Sebagian besar dalam upaya pencegahan terhadap terjadinya nyeri punggung bawah dengan melakukan pendidikan atau edukasi di tempat kerja, seperti mengetahui posisi ergonomis tubuh yang benar dan kebijakan lain di tempat kerja.⁹ Selain itu, dalam pencegahan nyeri punggung bawah dapat menerapkan *social cognitive theory* (SCT) dan *health belief model* (HBM).¹⁰ Penelitian ini menggunakan beberapa teori dalam menentukan variabel independennya yaitu HBM dan SCT. Konsep teori yang pada HBM pada studi ini yaitu efikasi diri, persepsi ancaman, persepsi kerentanan, persepsi keseriusan, persepsi manfaat, persepsi hambatan. Sedangkan dalam SCT dalam studi ini mencakup *observational learning* dan *vicarious learning*.

Beberapa penelitian serupa yang relevan dengan penelitian ini yaitu penelitian yang berjudul *psycosocial factors and musculoskeletal pain among rural hand-oven carpet weavers in Iran* yaitu postur tubuh pekerja penenun yang menghabiskan waktunya dengan sikap posisi duduk yang lama sehingga menimbulkan terjadinya keluhan nyeri punggung bawah dengan hasil prevalensi 51,7% mengeluhkan nyeri punggung bawah.⁸ Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan yaitu sikap

posisi tubuh ketika berdiri dan tidak hanya pada satu variabel faktor penentu terjadinya nyeri punggung tetapi juga mengambil beberapa variabel tentang faktor lainnya yang dapat menyebabkan terjadinya nyeri punggung bawah tersebut.

Selain itu penelitian serupa juga pernah dilakukan di Indonesia, berjudul *application of health belief model on preventive behavior of patient with low back pain* di tahun 2018 yang dilakukan di rumah sakit moewardi Solo ini menggunakan variabel-variabel yang sebagian besar dari teori HBM seperti *perceived severity, susceptibility, benefit, barrier and treat* dengan variabel penelitian terkait dengan ancaman yang dirasakan, manfaat yang dirasakan dan *self efficacy*.¹⁰ Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan yaitu variabel yang digunakan peneliti berdasar pada 2 teori promosi kesehatan yang digabungkan yaitu teori HBM dan SCT.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menganalisis perilaku pencegahan dan faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian nyeri punggung bawah pada pramuniaga perempuan di Surakarta dengan menggunakan variabel-variabel penelitian dari teori penggabungan 2 teori promosi kesehatan yaitu teori HBM dan SCT.

Metode

Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain *cross sectional*. Studi epidemiologi untuk mengetahui dan menganalisis hubungan antara faktor risiko dengan efek pada satu waktu. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 203 pekerja dari jumlah populasi pramuniaga perempuan yang diambil secara *simple random sampling* berdasarkan kriteria inklusi yaitu bekerja sebagai pramuniaga perempuan di Matahari *Department Store Solo Square*, ada keluhan nyeri punggung bawah/ pernah mengalami nyeri punggung bawah dan bersedia menjadi responden penelitian.

Penelitian dilakukan di Matahari *Department Store Solo Square* Provinsi Jawa Tengah, Indonesia. Penelitian dilakukan pada bulan Februari hingga Maret 2020. Pengumpulan data menggunakan kuesioner untuk mengukur variabel penelitian. Kuesioner penelitian berisi dua jenis pernyataan, yaitu pernyataan *favorable* (pernyataan yang berisi hal-hal positif) dan pernyataan *infavorable* (pernyataan yang berisi hal-hal yang bersifat negatif). Pengukuran kuesioner menggunakan skala *likert* dengan sistem skoring yaitu: pernyataan *favorable*, Ya (Y) diberi skor = 3, Ragu-ragu (R) diberi skor = 2, Tidak (T) diberi skor = 1. Sedangkan, pernyataan *unfavorable*, Ya (Y) diberi skor = 1, ragu-ragu (R) diberi skor = 2, Tidak (T) diberi skor = 3

Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan data primer. Data primer dilakukan dengan cara pengukuran langsung yaitu dengan menggunakan kuesioner. Secara umum variabel-variabel penelitian meliputi perilaku pencegahan terjadinya nyeri punggung bawah, usia, masa kerja, lama sikap berdiri, perilaku preventif, efikasi diri, persepsi ancaman, persepsi keseriusan, persepsi hambatan, persepsi kerentanan, persepsi manfaat, pengetahuan, *observational learning* dan *vicarious learning*.

Analisis data secara univariat untuk masing-masing variabel yang bertujuan memberikan penjelasan dan mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian. Data akan dianalisis menggunakan aplikasi STATA (ver.13). Sedangkan uji bivariat menggunakan uji *Chi-square*. Analisis data yang dianggap memiliki hubungan atau korelasi terhadap dua variabel. Pada penelitian ini menggunakan jenis data kategorikal sehingga rumus yang akan digunakan adalah *chi-square*, dimana dikatakan hasil statistik bermakna apabila $p\text{-value} < 0,05$ dan jika $p\text{-value} > 0,05$ berarti hasil statistik tidak bermakna.

Selanjutnya, analisis bivariat yang dianggap memiliki hubungan atau korelasi terhadap dua variabel dan menggunakan analisis multivariat (*Path-Analysis*) untuk mengetahui besar pengaruh dari suatu variabel yaitu pengaruh secara langsung maupun tidak langsung. Koefisien jalur merupakan variabel independen terhadap variabel dependen. Hubungan antara variabel independen terhadap variabel dependen melalui variabel antara dianalisis menggunakan analisis jalur.

Hasil

Karakteristik Sampel

Tabel 1 memperlihatkan analisis univariat yang menjelaskan gambaran secara umum variabel-variabel penelitian meliputi faktor risiko dan perilaku pencegahan terjadinya nyeri punggung bawah yaitu usia ≥ 25 tahun 165 orang

(81,28%), masa kerja ≥ 5 tahun menjadi mayoritas yaitu sebanyak 188 pekerja (92,61%), sebanyak 193 orang menyatakan berdiri selama ≥ 20 menit, perilaku preventif yang buruk sebanyak 193 orang, efikasi diri yang lemah sebanyak 193 orang (93,60%), persepsi ancaman yang besar sebanyak 190 orang (93,60%), persepsi keseriusan yang tinggi sebanyak 194 orang (95,57%), persepsi hambatan yang besar sebanyak 189 orang (93,6%), persepsi kerentanan yang tinggi sebanyak 190 orang (93,60%), persepsi manfaat yang besar sebanyak 189 orang (93,10%), pengetahuan yang buruk sebanyak 189 pegawai perempuan, *observational learning* yang buruk sebanyak 186 orang (91,63%) dan *vicarious learning* yang buruk menjadi mayoritas sebanyak 190 orang.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Variabel	Kategori	n	%
Nyeri Punggung Bawah	Tidak ada keluhan	13	6,40
	Ada keluhan	190	93,60
Usia (tahun)	<25	38	18,72
	≥ 25	165	81,28
Masa Kerja (tahun)	<5	15	7,39
	≥ 5	188	92,61
Lama Sikap Berdiri (menit)	<20	10	4,93
	≥ 20	193	95,07
Perilaku Preventif	Baik	10	4,93
	Buruk	193	95,07
Efikasi Diri	Kuat	13	6,40
	Lemah	190	93,60
Persepsi Ancaman	Kecil	13	6,40
	Besar	190	93,60
Persepsi Keseriusan	Rendah	9	4,43
	Tinggi	194	95,57
Persepsi Hambatan	Kecil	14	6,90
	Besar	189	93,60
Persepsi Kerentanan	Kecil	13	6,40
	Besar	190	93,60
Persepsi Manfaat	Kecil	14	6,90
	Besar	189	93,10
Pengetahuan	Baik	14	8,37
	Buruk	189	91,63
<i>Observational Learning</i>	Baik	17	8,37
	Buruk	186	91,63
<i>Vicarious Learning</i>	Baik	13	6,40
	Buruk	190	93,60

Analisis Bivariat

Table 2. Hasil Uji *Chi-square* antara Variabel Penelitian dengan Kejadian Nyeri Punggung Bawah

Variabel	Kategori	Nyeri Punggung Bawah				OR	Pvalue
		Tidak Berisiko		Berisiko			
		n	%	n	%		
Usia (tahun)	<25	68	85	63	51,22	5,39	0,000
	≥25	12	15	60	48,78		
Masa Kerja (tahun)	<5	66	82,5	59	47,97	5,11	0,000
	≥5	14	17,5	64	52,03		
Lama Sikap Berdiri (menit)	<20	2	2,5	21	17,07	0,12	0,0014
	≥20	78	97,5	102	82,93		
Perilaku Preventif	Baik	51	63,75	70	56,91	1,33	0,3318
	Buruk	29	36,25	53	43,09		
Efikasi Diri	Kuat	40	50	64	52,03	0,92	0,7771
	Lemah	40	50	59	47,97		
Persepsi Ancaman	Kecil	45	56,25	42	34,15	2,47	0,0019
	Besar	35	43,75	81	65,85		
Persepsi Keseriusan	Rendah	43	53,75	44	35,77	2,08	0,0114
	Tinggi	37	46,25	79	64,23		
Persepsi Hambatan	Kecil	53	66,25	69	56,10	1,53	0,1489
	Besar	27	33,75	54	43,90		
Persepsi Kerentanan	Kecil	45	56,25	33	26,83	3,50	0,000
	Besar	35	43,75	90	73,17		
Persepsi Manfaat	Kecil	48	60	65	52,85	1,33	0,3160
	Besar	32	40	58	47,15		
Pengetahuan	Baik	58	72,5	85	69,11	1,17	0,6045
	Buruk	22	27,5	38	30,89		
<i>Observational Learning</i>	Baik	44	55	33	26,83	3,33	0,0001
	Buruk	36	45	90	73,17		
<i>Vicarious Learning</i>	Baik	52	65	32	26,02	2,74	0,000
	Buruk	28	35	90	73,17		

Analisis bivariat memberikan penjelasan tentang pengaruh satu variabel independen yang mencakup usia, masa kerja, lama sikap berdiri, perilaku preventif, efikasi diri, persepsi ancaman, persepsi keseriusan, persepsi hambatan, persepsi kerentanan, persepsi manfaat, pengetahuan, *observational learning* dan *vicarious learning* terhadap satu variabel dependen yaitu nyeri punggung bawah. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *chi-square*, dengan taraf kepercayaan 95%.

Tabel 2 menunjukkan hasil analisis bivariat antara pengaruh variabel independen terhadap perilaku pencegahan terjadinya nyeri punggung bawah. Usia memiliki pengaruh terhadap risiko terjadinya nyeri punggung bawah dan menunjukkan hasil yang signifikan.

Pekerja pramuniaga perempuan dengan usia ≥ 25 tahun memiliki kemungkinan 5,39 kali berisiko mengalami kejadian nyeri punggung bawah dibandingkan dengan pekerja pramuniaga perempuan dengan usia < 25 tahun ($Pvalue=0,000$; $OR=5,39$; $CI\ 95\%=2,55-11,98$). Pekerja Pramuniaga perempuan dengan masa kerja ≥ 5 tahun memiliki kemungkinan 5,11 kali berisiko mengalami kejadian nyeri punggung bawah jika dibandingkan dengan dengan masa kerja < 5 tahun ($Pvalue=0,000$; $OR=5,11$; $CI\ 95\%=2,49-10,85$). Begitupun dengan persepsi ancaman yang besar memiliki kemungkinan 2,47 kali berisiko mengalami kejadian nyeri punggung bawah ($Pvalue=0,001$; $OR=2,47$; $CI\ 95\%=1,33-4,60$;). Persepsi kerentanan yang tinggi juga memiliki kemungkinan

3,50 kali berisiko mengalami nyeri punggung bawah ($Pvalue=0,000$; $OR=3,50$; $CI\ 95\%=1,85-6,64$). Persepsi keseriusan yang tinggi memiliki kemungkinan 2,08 kali mengalami nyeri punggung bawah ($Pvalue=0,011$; $OR=2,08$; $CI\ 95\%=1,12-3,85$;). Selain itu *observational learning* dan *vicarious learning* yang buruk juga secara statistik signifikan dengan masing-masing memiliki risiko sebanyak 3,33 kali dan 2,74 kali berisiko mengalami nyeri punggung bawah.

Perilaku preventif secara statistik tidak signifikan namun memiliki kemungkinan 1,33 kali terjadinya nyeri punggung bawah ($Pvalue=0,331$; $OR=1,33$; $CI\ 95\%=0,71-2,48$). Variabel penelitian efikasi diri yang lemah memiliki kemungkinan 0,92 kali berisiko

mengalami kejadian nyeri punggung bawah namun secara statistik tidak signifikan ($Pvalue=0,777$; $OR=0,92$; $CI\ 95\%=0,50-1,68$). Begitupun dengan persepsi hambatan yang besar memiliki kemungkinan 1,53 kali mengalami nyeri punggung bawah ($Pvalue=0,148$; $OR=1,53$; $CI\ 95\%=0,82-2,88$;). Tidak jauh berbeda dengan persepsi manfaat yang besar memiliki kemungkinan 1,33 kali mengalami risiko nyeri punggung bawah pada pekerja perempuan namun secara statistik tidak signifikan ($Pvalue=0,31$; $OR=1,33$; $CI\ 95\%=0,72-2,48$). Pekerja pramuniaga perempuan dengan pengetahuan yang buruk memiliki kemungkinan 1,17 kali terjadinya nyeri punggung bawah namun secara statistik tidak signifikan ($Pvalue=0,604$; $OR=1,17$; $CI\ 95\%=0,60-2,31$).

Analisis Multivariat

Tabel 3. *Path Analysis* Faktor yang Berpengaruh terhadap Perilaku Pencegahan Kejadian Nyeri Punggung Bawah

Variabel Dependen	Variabel Independen	Koefisien Jalur	CI 95%		Pvalue
			Batas Bawah	Batas Atas	
Direct Effect					
Kejadian nyeri punggung bawah	← Usia ≥ 25 tahun	3,00	0,40	5,60	0,023
	← Efikasi diri	4,24	1,72	6,75	0,001
	← Perilaku preventif	4,96	2,06	7,87	0,001
Indirect Effect					
Usia	← Masa kerja ≥ 5 tahun	4,56	2,58	6,63	0,000
Efikasi diri	← Persepsi ancaman	3,50	2,65	5,05	0,000
	← Persepsi keseriusan	3,26	1,43	5,09	0,000
Persepsi ancaman	← Persepsi kerentanan	4,08	2,65	5,50	0,000
Perilaku preventif	← Lama berdiri ≥ 20 menit	7,45	4,60	10,30	0,000
Pengetahuan	← Persepsi hambatan	2,83	1,55	4,10	0,000
Lama berdiri	← Persepsi manfaat	3,01	1,60	4,42	0,000

Metode analisis multivariat yang digunakan adalah *path analysis* dengan menggunakan program STATA. Pada tabel 3 menunjukkan hasil *path analysis* dengan menggunakan program STATA 13. Usia, efikasi diri dan perilaku preventif berpengaruh secara langsung, sedangkan 10 variabel lainnya berpengaruh secara tidak langsung terhadap perilaku pencegahan terjadinya nyeri punggung bawah. Kejadian nyeri

punggung bawah memiliki hubungan secara langsung dengan usia, pramuniaga perempuan dengan usia ≥ 25 tahun memiliki *log odd* untuk mengalami kejadian nyeri punggung bawah sebesar 3,00 unit lebih tinggi ($Pvalue=0,023$; $b=3,00$; $95\% CI=0,40-5,60$) daripada pramuniaga perempuan dengan usia ≥ 25 tahun. Pramuniaga perempuan yang memiliki efikasi diri lemah menunjukkan *log odd* untuk terjadinya nyeri punggung

bawah 4.24 lebih tinggi ($Pvalue=0,001$; $b= 4,24$; $95\% CI= 1,72-6,75$) daripada dengan yang memiliki efikasi kuat. Sedangkan, pramuniaga perempuan dengan perilaku preventif yang buruk memiliki $log\ odd$ untuk mengalami kejadian nyeri punggung bawah sebesar 4.96 unit lebih tinggi ($Pvalue=0,001$; $b= 4,96$; $95\% CI= 2,06-7,87$) daripada pramuniaga perempuan dengan perilaku preventif yang baik.

Masa kerja berhubungan secara tidak langsung terhadap terjadinya nyeri punggung bawah melalui usia. Pramuniaga perempuan dengan masa kerja ≥ 5 tahun memiliki $log\ odd$ 4,56 unit lebih tinggi ($Pvalue=0,001$; $b= 4,56$; $95\% CI=2,58-6,63$;) dari pada pramuniaga perempuan dengan masa kerja < 5 tahun. Persepsi ancaman dan persepsi keseriusan berhubungan secara tidak langsung terhadap terjadinya nyeri punggung bawah melalui efikasi diri. Pramuniaga perempuan dengan masa kerja ≥ 5 tahun memiliki $log\ odd$ 4,56 unit lebih tinggi ($Pvalue=0,001$; $b= 4,56$; $95\% CI= 2,58-6,63$) dari pada pramuniaga perempuan dengan masa kerja < 5 tahun.

Pembahasan

Penelitian ini menggunakan 13 Variabel independent dari 2 teori yaitu HBM dan SCT dengan menerapkan *observational learning* dan *vicarious learning* dalam perilaku pencegahan dan faktor risiko terjadinya nyeri punggung bawah pada pekerja perempuan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor risiko dan perilaku pencegahan yang secara statistik signifikan yaitu usia, masa kerja, lama sikap berdiri, persepsi ancaman, persepsi keseriusan, *observational learning* dan *vicarious learning*.

Usia menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya nyeri punggung bawah nyeri pinggang di bagian belakang bawah tubuh menjadi penyebab utama di seluruh dunia selama bertahun-tahun yang bebannya tumbuh bersama dengan

peningkatan populasi di usia senja.¹¹ Dalam hal ini tentu usia juga memiliki pengaruh terhadap keluhan nyeri punggung bawah pada pekerja yang mana pekerja dengan usia 25-65 tahun lebih berisiko mengalami nyeri punggung bawah dibandingkan pekerja usia dibawah 25 tahun.⁵

Terdapat pengaruh yang signifikan antara masa kerja dengan resiko terjadinya nyeri punggung bawah pada pramuniaga perempuan. *Observational learning* dapat berpengaruh terhadap perilaku pencegahan risiko terjadinya nyeri punggung bawah. Pramuniaga perempuan yang memiliki *observational learning* yang buruk memiliki perilaku pencegahan risiko nyeri punggung bawah sebesar 155 kali dibandingkan dengan pramuniaga perempuan yang memiliki *observational learning* yang baik dan *vicarious learning* juga berpengaruh terhadap perilaku pencegahan risiko terjadinya nyeri punggung bawah. Pramuniaga perempuan yang memiliki *vicarious learning* yang buruk memiliki perilaku pencegahan risiko nyeri punggung bawah sebesar 178 kali dibandingkan dengan pramuniaga perempuan yang memiliki *observational learning* yang baik

Penelitian ini serupa dengan penelitian hubungan faktor risiko dengan kejadian nyeri punggung bawah pada tenaga kerja bongkar muat dipelabuhan medan di tahun 2015 menyatakan bahwa ada hubungan masa kerja dengan nyeri punggung bawah. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan dimana masa kerja seorang pekerja juga bisa menjadi salah satu faktor terjadinya nyeri punggung bawah, seseorang yang bekerja > 5 tahun lebih berisiko terkena nyeri punggung bawah dibandingkan masa kerja seorang pekerja < 5 tahun.¹²

Pada dasarnya tubuh hanya mampu mentolerir tetap berada dalam satu posisi kurang lebih 20 menit, apabila lebih dari batas tersebut elastisitas yang akan terjadi pada jaringan berkurang dan

tekanan otot meningkat sehingga menimbulkan rasa tidak nyaman. Salah satu yang dapat menjadi faktor terjadinya nyeri punggung bawah adalah sikap tubuh ketika bekerja diketahui posisi yang terjadi secara terus menerus yang bisa merubah struktur pada tulang belakang atau bisa menyebabkan ketegangan pada otot punggung sehingga dapat menimbulkan keluhan nyeri punggung bawah.⁸

HBM atau disebut dengan model kepercayaan kesehatan ini sering diperhitungkan untuk menjadi sebuah kerangka utama dalam perilaku kesehatan, melalui pemahaman dan pengaplikasian HBM yang baik akan tercipta kualitas kesehatan masyarakat yang baik juga. Fokus HBM yaitu persepsi seseorang dari ancaman masalah kesehatan dan penilaian perilaku yang direkomendasikan untuk pencegahan atau mengelola masalah kesehatan.

Ketika merasakan atau menderita suatu penyakit seperti *low back pain* tentu seseorang akan bisa merasakan tingkat keparahan yang dirasakan mengacu pada penilaian subjektif dari keparahan masalah kesehatan tersebut. Konstruksi keseriusan yang dirasakan berkaitan dengan kepercayaan individu tentang keseriusan suatu penyakit. Sementara itu, persepsi keseriusan sering berdasar pada informasi atau pengetahuan, juga dapat berasal dari keyakinan seseorang bahwa ia akan mendapat kesulitan akibat penyakit dan berefek pada kehidupan secara umum.

Tentu hal ini akan berkaitan dengan konsep dari HBM dan SCT terkait persepsi dan pengetahuan seseorang. Teori kognitif sosial juga memiliki kontribusi dalam analisis informasi penelitian Sains.¹³ Pada penelitian ini mengambil *observational learning* dan *vicarious learning* sebagai salah satu faktor risiko dan perilaku pencegahan pada nyeri punggung bawah yang diambil dari konsep SCT, *observational learning* dapat menjadi faktor risiko akibat dari mengamati perilaku seseorang secara

langsung dalam bekerja sedangkan *vicarious learning* terjadi secara tidak langsung akibat dari pengalaman seseorang yang diadaptasi.

Studi ini menyoroti faktor risiko dan perilaku pencegahan terjadinya nyeri punggung bawah yang dapat dialami oleh pekerja perempuan yang mana peneliti menggabungkan antara dua konsep teori yaitu HBM dan SCT dalam menentukan faktor risiko dan perilaku pencegahan yang terjadi pada pekerja perempuan di department store, Surakarta, Provinsi Jawa Tengah.

Kesimpulan

Faktor risiko dan perilaku pencegahan nyeri punggung bawah pada pekerja pramuniaga perempuan Matahari Department Store di Surakarta, secara statistik signifikan terhadap faktor risiko usia, masa kerja, lama sikap berdiri, persepsi ancaman, persepsi keseriusan, *observational learning* dan *vicarious learning*. Sedangkan variabel perilaku preventif, efikasi diri, persepsi hambatan, persepsi manfaat dan pengetahuan secara statistik tidak signifikan namun dapat meningkatkan nyeri punggung bawah. Temuan pada penelitian ini diharapkan dapat berguna mendeteksi dan melakukan pencegahan terhadap nyeri punggung bawah pada pekerja perempuan.

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada pekerja pramuniaga perempuan di Surakarta, Provinsi Jawa Tengah dan seluruh sampel yang bersedia menjadi subjek pada penelitian ini. Serta enumerator yang telah membantu proses pelaksanaan penelitian.

Daftar Pustaka

1. Omoke, N. I. & Igwe, M. N. Analysis of risk factors for depression among patients with chronic low back pain in an orthopaedic clinic of a Nigerian teaching hospital. *Afr. Health Sci.* **19**, 1727–1735; 2019.
2. Chou, R. et al. Systemic pharmacologic

- therapies for low back pain: A systematic review for an American College of physicians clinical practice guideline. *Ann. Intern. Med.* **166**, 480–492; 2017.
3. Deksisa Abebe, A., Gebrehiwot, E. M., Lema, S. & Abebe, T. W. 3. Alem Deksisa Abebe, Ephrem Mamo Gebrehiwot, Seblewengel Lema, Tilaye Workineh Abebe. Prevalence of Low Back Pain and Associated Risk Factors Among Adama Hospital Medical College Staff, Ethiopia. *Eur. J. Prev. Med.* **3**, 188–192; 2015.
 4. Mekonnen, T. H. 1. Work-Related Factors Associated with Low Back Pain Among Nurse Professionals in East and West Wollega Zones, Western Ethiopia, 2017: A Cross-Sectional Study. *Pain Ther.* **8**, 239–247; 2019.
 5. Sinaga, M. & Salmah, U. Nurzannah 1 , Makmur Sinaga 2 , Umi Salmah 2 1; 2015.
 6. Wambeke, P., Desomer, A., Ailliet, L. & Demoulin, C. Low Back Pain and Radicular Pain: Assessment and Management 2017; 2017.
 7. Akbar MS, Rahardjo SS, Indarto D. A Meta-Analysis on the Risk Factors of Low Back Pain in Health Workers. *J. Epidemiol. Public Heal.* **5**, 237–244; 2020.
 8. Chaman, R. et al. Psychosocial Factors and Musculoskeletal Pain Among Rural Hand-woven Carpet Weavers in Iran. *Saf. Health Work* **6**, 120–127; 2015.
 9. Foster, N. E. et al. Prevention and treatment of low back pain: evidence, challenges, and promising directions. *Lancet* **391**, 2368–2383; 2018.
 10. Sari S, Indarto D, dan Mahendra. Application of Health Belief Model on Preventive Behaviors of Patients with Low Back Pain. *J. Heal. Promot. Behav.* **3**, 192–198; 2018.
 11. Buchbinder, R. et al. Low back pain: a call for action. *Lancet* **391**, 2384–2388; 2018.
 12. Jamali, T., Tanzil, S., Bazmi Inam, S. & Abbas, A. 7. Building Evidence Based Resaerch Enviroinment in Sindh for FP Decision Making View project Exploring opportunities to strengthen supportive supervision of EPI services in Sindh View project Sana Tanzil Fazaia Ruth Pfau Medical College Karachi Frequency. *researchgate.net*; 2019. doi:10.4172/2329-6879.1000285.
 13. Middleton, L., Hall, H. & Raeside, R. Applications and applicability of Social Cognitive Theory in information science research. *J. Librariansh. Inf. Sci.* **51**, 927–937; 2019.