

GAMBARAN SIKAP KERJA PADA PEKERJA KONVEKSI YANG MENGALAMI KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH DI CV JAYA MANUNGGAL

The descriptions Of Job Attitude Of Convection Workers With Lower Back Pain Complaints At CV Jaya Manunggal

Serlika Anggraini¹, Prita Adisty Handayani^{2*}, Riris Risca Megawati³

¹Mahasiswa Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang

²Dosen Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan STIKES Telogorejo Semarang

*Corresponding author: pritaadisty@stikestelogorejo.ac.id

Tanggal Submission: 28 Juli 2023 , Tanggal diterima: 30 Desember 2023

Abstrak

Sikap kerja merupakan posisi kerja saat melakukan aktivitas pekerjaan. Posisi kerja dengan sikap yang salah atau tidak ergonomi seperti duduk yang membungkuk dan statis dan bekerja dalam jangka waktu yang lama akan memicu timbulnya keluhan muskuloskeletal seperti rasa nyeri pada area punggung bawah. Nyeri punggung bawah adalah rasa tidak nyaman atau sakit pada punggung bawah di daerah antara tulang rusuk bawah dan di atas kaki. Penelitian ini dilakukan di CV Jaya Manunggal Garment pada tanggal 06 Mei 2023 dan 08 Mei 2023. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran sikap kerja pada pekerja konveksi yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah di CV Jaya Manunggal Garment. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik, dengan jumlah sampel sebanyak 45 responden menggunakan teknik pengambilan data total sampling. Penelitian ini menggunakan alat ukur skala nyeri *Numeric Rating Scale* dan kuesioner sikap kerja didapatkan hasil mayoritas responden yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah memiliki sikap kerja tidak baik berdasarkan usia dewasa awal sebanyak sebanyak 14 responden (31,1%), berdasarkan jenis kelamin sebanyak 26 responden (57,8%), dan berdasarkan masa kerja sebanyak 16 responden (35,6%). Rekomendasi hasil penelitian ini adalah agar pekerja lebih memperhatikan sikap kerja dengan menyesuaikan ergonomi yang baik.

Kata Kunci : Nyeri Punggung Bawah, Pekerja, Konveksi, Sikap Kerja

ABSTRACT

The job position refers to a position while workers are working. Incorrect position or non-ergonomic position while sitting could make the workers slouching due to static and prolonged working hours. These matters also lead to musculoskeletal complaints, such as lower back pain. Lower back pain makes individuals feel discomfort and suffer from pain around the lower ribs and upper legs. This research used CV Jaya Manunggal Garment as the research site on May 6, 2023, and May 8, 2023. This research described the job attitudes of the convection workers with lower back pain complaints at CV Jaya Manunggal Garment. This analytical descriptive research took 45 respondents as the sample with total sampling data. The instruments applied were the Numeric Rating Scale and job attitude questionnaires. The obtained results showed most respondents with lower back pain complaints did not have excellent job attitudes in the age category of initial adult (14 respondents, or 31.1%), male respondents (26 respondents, or 57.8%), or year of service (16 respondents, or 35.6%). The researcher recommends future workers maintain their job positions with excellent ergonomic posture.

Keywords: Lower Back Pain, Convection Workers, Job Attitude

PENDAHULUAN

Pekerja merupakan setiap orang yang bekerja dengan menerima upah atau imbalan dalam bentuk uang atau lain. (Husni, 2014). Setiap tenaga kerja harus memperhatikan ruang lingkup lingkungan kerja. Lingkungan kerja terdiri dari pekerja formal dan informal. Pekerja formal meliputi pekerja kantor, PNS, karyawan rumah sakit dan karyawan perusahaan besar. Sedangkan ruang lingkup pekerja informal seperti pekerja rumahan, pekerja rumah tangga, pekerja di pasar-pasar tradisional, pekerja pedagang kaki lima dan pekerja konveksi home industry (Husni, 2014). Industri rumahan konveksi adalah suatu unit usaha atau perusahaan dalam skala kecil yang bergerak dalam bidang industri tertentu. Sering juga disebut dengan perusahaan kecil, dikatakan sebagai perusahaan kecil karena jenis kegiatan ekonomi ini dipusatkan di rumah (Sunardi, 2017).

Masalah kesehatan kerja pada industri rumahan konveksi banyak ditemukan penyakit yang berkaitan dengan pekerjaan dan kondisi tempat kerja yang tidak aman, salah satu penyakit yang timbul akibat kerja adalah keluhan muskuloskeletal (Fauziah, Karim & Utami, 2018). Keluhan muskuloskeletal menggambarkan berbagai bentuk cedera, nyeri, atau kelainan pada sistem otot rangka yang terdiri dari jaringan saraf, otot, tulang, ligamen, dan tendon. Keluhan muskuloskeletal yang sering timbul pada pekerja adalah nyeri punggung bawah, nyeri leher, nyeri pada bahu, dan nyeri pinggang (Safitri, Widjasena & Kurniawan, 2017). Nyeri punggung bawah adalah rasa tidak nyaman atau sakit pada punggung bawah di daerah antara tulang rusuk bawah dan di atas kaki. Rasa nyeri pada punggung bawah akibat cedera atau ketegangan otot, atau bisa juga disebabkan oleh kondisi yang lebih spesifik, seperti herniated disc (Tarwaka 2015). Ketidaknyamanan pada pinggang ataupun pada punggung dapat disebabkan karena sifat pekerjaan yang sebagian besar aktivitas dilakukan dengan sikap kerja dan diperlukan gerakan yang berulang-ulang (Purnamasari, 2013). Hal ini dapat mengakibatkan keluhan nyeri yang berdampak pada produktifitas kerja apabila pekerja yang sikap kerjanya tidak ergonomik.

Sikap kerja sangat mempengaruhi keselamatan dan kesehatan bagi pekerja. Sikap kerja adalah suatu gambaran posisi tentang suatu posisi badan dalam melakukan aktivitas atau pekerjaan. Sikap kerja yang tidak sesuai dalam bekerja memicu adanya peningkatan beban kerja, sehingga pekerja tidak dapat mengeluarkan kemampuan secara optimal. Adapun jenis-jenis sikap kerja yaitu sikap kerja duduk, sikap kerja berdiri, sikap kerja membungkuk, dan sikap kerja dinamis (Larono, Pinonton, & Boky, 2017 dalam Sari & Febriyanto, 2020). Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran sikap kerja pekerja konveksi yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Hal ini dapat menjadi suatu data yang penting agar tempat kerja kedepannya mampu memahami bahaya-bahaya kerja yang dapat diakibatkan oleh sikap kerja yang tidak sesuai.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian secara kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian secara *cross-sectional*. Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 45 responden dengan teknik pengambilan sampel *total sampling*. Tempat penelitian ini dilaksanakan di CV Jaya Maunggal Garment. Instrumen penelitian menggunakan *numeric*

rating scale dan kuesioner sikap kerja Penelitian ini telah lolos uji etik dengan nomor surat Lolos Kaji Etik 056/IV/KES/STIKES 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Univariat

Analisis univariat yang akan digambarkan meliputi usia, jenis kelamin, masa kerja, dan sikap kerja pekerja konveksi yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah berdasarkan usia jenis kelamin, dan masa kerja.

A. Tabel

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Pada Pekerja Konveksi Yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah Di CV Jaya Manunggal Garment

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
Remaja Akhir	6	13.33
Dewasa Awal	20	44.44
Dewasa Akhir	15	33.33
Lansia Awal	4	8.90
Total	45	100

**Data responden CV Jaya Manunggal Garment, tahun 2023*

Berdasarkan tabel 1 ditinjau dari karakteristik usia diketahui sebagian besar responden masuk dalam kategori dewasa awal sebanyak 20 responden (44,44%).

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Pekerja Konveksi Yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah Di CV Jaya Manunggal Garment

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-Laki	10	22.2
Perempuan	35	77.8
Total	45	100

**Data responden CV Jaya Manunggal Garment, tahun 2023*

Berdasarkan tabel 2 ditinjau dari karakteristik jenis kelamin responden diketahui sebagian besar responden yang bekerja di CV Jaya Manunggal Garment pada penelitian ini berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 35 responden (77,8%).

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Masa Kerja Pada Pekerja Konveksi Yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah Di CV Jaya Manunggal Garment

Masa Kerja	Frekuensi	Persentase (%)
<1 tahun	4	8.9
1-5 tahun	18	40.0
6-10 tahun	16	35.6
11-15 tahun	5	11.1
16-20 tahun	2	4.4
Total	45	100

*Data responden CV Jaya Manunggal Garment, tahun 2023

Berdasarkan tabel 3 ditinjau dari karakteristik masa kerja responden dapat diketahui sebagian besar responden yang bekerja di CV Jaya Manunggal Garment pada penelitian ini sudah bekerja selama 1-5 tahun sebanyak 18 responden (40,0%).

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Gambaran Sikap Kerja Pekerja Konveksi Yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah Di CV Jaya Manunggal Garment Berdasarkan Usia

		Sikap Kerja				Total	
		Tepat atau Baik		Tidak Baik	f	%	
		f	%	%			
Usia	Remaja akhir	4	8.9	4.4	6	13.3	
	Dewasa Awal	6	13.3	31.2	20	44.5	
	Dewasa Akhir	4	8.9	24.4	15	33.3	
	Lansia Awal	0	0.0	8.9	4	8.9	
Total		14	31.1	68.9	45	100	

Berdasarkan tabel 4 ditinjau dari sikap kerja pegawai konveksi yang mengalami nyeri punggung bawah di CV Jaya Manunggal Garment berdasarkan usia responden dapat diketahui bahwa yang mengalami nyeri punggung bawah mayoritas pada kategori dewasa awal sebanyak 20 responden (44,4%). Mayoritas memiliki sikap kerja tidak baik sebanyak 14 responden (31,1%).

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Gambaran Sikap Kerja Pekerja Konveksi Yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah Di CV Jaya Manunggal Garment Berdasarkan Jenis Kelamin

		Sikap Kerja				Total	
		Tepat atau Baik		Tidak Baik			
		f	%	f	%		
Jenis Kelamin	Laki - laki	5	11.1	5	11.1	10	22.2
	Perempuan	9	20.0	26	57.8	35	77.8
Total		14	31.1	31	68.9	45	100

Berdasarkan tabel 5 ditinjau dari sikap kerja pegawai konveksi yang mengalami nyeri punggung bawah di CV Jaya Manunggal Garment berdasarkan jenis kelamin diketahui sebagian besar responden pada penelitian ini berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 35 responden (77,8%) mayoritas memiliki sikap kerja tidak baik sebanyak 26 responden (57,8%).

Tabel 6
Distribusi Frekuensi Gambaran Sikap Kerja Pekerja Konveksi Yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah Di CV Jaya Manunggal Garment Berdasarkan Masa Kerja

Masa Kerja		Sikap Kerja				Total	
		Tepat atau Baik		Tidak Baik		f	%
		f	%	f	%		
< 1 Tahun	4	8.9	0	0.0	4	8.9	
1 – 5 Tahun	10	22.2	8	17.8	18	40.0	
6 – 10 Tahun	0	0.0	16	35.6	16	35.6	
11 – 15 Tahun	0	0.0	5	11.1	5	11.1	
16 – 20 Tahun	0	0.0	2	4.4	2	4.4	
Total	14	31.1	31	68.9	45	100	

Berdasarkan tabel 6 ditinjau dari sikap kerja pegawai konveksi yang mengalami nyeri punggung bawah di CV Jaya Manunggal Garment berdasarkan masa kerja dapat diketahui bahwa responden pada penelitian ini mayoritas yang memiliki sikap kerja tidak baik sebanyak 16 responden (35,6%) dengan masa kerja selama 6 – 10 tahun.

PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Karakteristik responden berdasarkan usia

Pada penelitian ini pekerja konveksi lebih banyak di usia dewasa awal dikarenakan menjahit membutuhkan kondisi fisik dan keterampilan yang baik agar dapat menghasilkan produktivitas yang tinggi. Pekerja dewasa awal umumnya memiliki kemampuan fisik dan energi yang tinggi, yang dapat memungkinkan mereka untuk bekerja dengan cepat dan efisien dalam produksi tekstil. Mereka dapat menjahit dengan presisi tinggi dan menjalankan mesin jahit dengan kecepatan yang konsisten. Hal ini penting dalam industri konveksi yang sering

menuntut produksi yang cepat dan tingkat efisiensi yang tinggi. Menurut Tarwaka (2014), kelompok kategori usia dewasa akhir 26 sampai 35 tahun merupakan puncak dari perkembangan fisik manusia, sehingga produktivitas yang tinggi dapat tercapai terutama pada pekerjaan yang membutuhkan fisik baik seperti menjahit. Oleh karena itu kelompok umur menjahit yang mayoritas berusia 26 sampai 35 tahun merupakan kelompok umur yang optimal dari pekerjaan ini. Pada tingkat usia produktif tenaga kerja memiliki kreatifitas yang tinggi terhadap pengetahuan dan wawasan yang lebih baik serta mempunyai tanggung jawab yang tinggi (Suyono, 2017).

Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin

Jenis kelamin merupakan salah satu karakteristik yang di teliti dalam penelitian ini. Kebanyakan para pekerja di konveksi garment di daerah penelitian ini berjenis kelamin perempuan, dikarenakan dalam proses pembuatan pakaian dibutuhkan keterampilan, kesabaran dan ketelitian dalam menjahit, sehingga pekerja konveksi lebih banyak perempuan di bandingkan laki-laki. Menurut Mariska (2015) perempuan mempunyai tingkat ketelitian yang lebih tinggi dibandingkan dengan laki- laki. Hal tersebut dapat menjadi alasan mengapa pekerja banyak didominasi oleh perempuan. Menurut Usman (2015), pada umumnya, perkembangan UKM konveksi banyak memakai tenaga kerja wanita baik yang sudah menikah maupun yang belum menikah, karena pekerjaan ini tidak memerlukan pendidikan tinggi, para pekerja lebih berbekal ketrampilan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Made et al., 2017 menunjukkan bahwa persentase pekerja perempuan lebih banyak yaitu sekitar 84,72% dibandingkan dengan pria yaitu sekitar 15,28%.

Karakteristik responden berdasarkan masa kerja

Masa kerja merupakan lama waktu (tahun) pekerjaan yang dilakukan oleh pekerja yang apabila dilakukan terus-menerus dalam waktu yang lama maka akan menimbulkan dampak yang tidak baik (Pratiwi, Setyaningsih, & Kurniawan, 2019). Semakin lama masa kerja maka menyebabkan beban statis yang terus menerus apabila pekerja tidak memperhatikan faktor- faktor ergonomi akan lebih mudah menimbulkan keluhan nyeri punggung bawah. Penelitian ini juga sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Tarwaka (2014).

Berdasarkan hasil penelitian ini penyebab masa kerja beresiko terhadap nyeri punggung bawah dikarenakan akumulasi aktivitas kerja seseorang pekerja konveksi yang dilakukan dalam waktu yang panjang, dan aktivitas tersebut dilakukan terus – menerus dalam jangka waktu bertahun – tahun mengakibatkan gangguan pada kesehatan tubuh misalnya seperti nyeri punggung bawah. Menurut Khaizun (2014), tekanan melalui fisik pada suatu kurun waktu tertentu mengakibatkan berkurangnya kinerja otot, gejala yang ditunjukkan juga berupa makin rendahnya gerakan. Hal ini dikarenakan tekanan – tekanan yang terakumulasi setiap harinya pada suatu masa yang panjang, yang mengakibatkan memburuknya kesehatan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Said (2016) “Hubungan Durasi Duduk Statis dengan Low Back Pain pada Penjahit” bahwa kejadian nyeri punggung lebih sering terjadi pada masa kerja ≥ 1 Tahun sebesar 88 responden (85,4%). Hal ini terjadi pada pekerja karena tingkat endurance otot sering digunakan untuk bekerja akan menurun seiring lamanya seseorang bekerja.

Gambaran Sikap Kerja Pekerja Konveksi Yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah Di CV Jaya Manunggal Garment Berdasarkan Usia

Umur dan pengalaman kerja berpengaruh besar pada pekerja untuk melakukan tindakan aman dan tindakan tidak aman serta penguasaan untuk mengatur keselamatan diri sendiri di lapangan. Hal ini menjadi sangat penting untuk diperhatikan karena umur adalah variabel yang selalu harus diperhatikan di dalam penyelidikan-penyelidikan suatu masalah kesehatan. Angka-angka kelelahan, kesakitan maupun kematian di dalam hampir semua keadaan menunjukkan hubungan dengan umur (Notoadmodjo, 2018).

Pekerja konveksi usia dewasa awal mungkin belum memiliki pengalaman yang cukup dalam dunia kerja, sehingga mereka mungkin kurang memiliki pemahaman tentang pentingnya sikap kerja yang baik. Pekerja pada usia dewasa awal juga cenderung memiliki emosi yang tidak stabil, dan memiliki anggapan remeh terhadap bahaya dan risiko yang terdapat pada tempat kerja sehingga dapat membuat pekerja menjadi kurang berhati-hati dalam bekerja. Dapat dilihat dari hasil penelitian diketahui bahwa mayoritas pekerja yang memiliki usia dewasa terdapat 14 responden (31,1%) memiliki sikap kerja yang tidak baik dan hanya 6 responden (13,3%) yang memiliki sikap kerja tepat atau baik.

Kurangnya pemahaman dan pengalaman kerja pada usia dewasa muda menyebabkan seseorang sering kali bekerja tanpa menerapkan sikap kerja yang ergonomi. Hal tersebut yang menyebabkan seseorang pekerja yang bekerja dengan sikap kerja tidak baik memiliki resiko lebih tinggi mengalami keluhan nyeri punggung bawah karena melakukan sikap kerja yang tidak ergonomi secara terus-menerus. Sikap kerja yang dilakukan pada pekerja di CV Jaya Manunggal Garment saat bekerja, antara lain berdiri, duduk, membungkuk, dan sikap tegak saat melakukan proses menjahit.

Gambaran Sikap Kerja Pekerja Konveksi Yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah Di CV Jaya Manunggal Garment Berdasarkan Jenis Kelamin

Pada kategori jenis kelamin perempuan cenderung memiliki sikap kerja yang tidak baik karena perempuan mudah dipengaruhi oleh lingkungan kerjanya. Pekerja perempuan yang cenderung tidak stabil dan dipengaruhi oleh faktor-faktor eksternal seperti lingkungan kerja serta rekan kerja. Apabila lingkungan kerja kurang kondusif dan rekan kerja mulai tidak bekerja dengan baik, sikap yang diambil cenderung melakukan konformitas atau beradaptasi dengan situasi yang ada di lingkungan. Jhangiani, Tarry dan Stangor (2015) menjelaskan bahwa wanita cenderung lebih melakukan konformitas, hal tersebut dilakukan untuk menjaga keharmonisan dalam kelompok, jika tidak ada interaksi antara sesama pekerja maka seseorang akan mengalami stress dan berdampak pada sikap kerja yang kurang baik.

Sikap kerja yang kurang baik atau tidak tepat dapat menyebabkan nyeri punggung bawah jika dilakukan oleh pekerja terus menerus. Lingkungan pekerja yang kurang kondusif dalam penelitian ini ditemukan beberapa potensi bahaya ergonomi seperti posisi tubuh yang salah saat menjahit, durasi menjahit yang lama membuat para penjahit berada pada posisi duduk dalam waktu berjam-jam. Saat bekerja, para penjahit menggunakan berbagai otot dari kepala, leher, punggung, sampai kaki yang bergerak dengan tempo cepat dan berulang. Posisi kerja seperti ini dapat mengakibatkan penyakit akibat kerja seperti nyeri punggung bawah. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mayasari & Saftarina (2016), nyeri punggung bawah dapat berasal dari pajanan ergonomi saat bekerja seperti postur yang tidak pas serta

gerakan yang berlangsung berkali-kali. Hal ini terjadi pada penjahit di tempat penelitian yang bekerja dengan posisi yang sama secara berulang.

Menurut Tarwaka (2019), secara fisiologis, kekuatan otot pada laki – laki lebih tinggi daripada kekuatan otot perempuan. Menurut penelitian Johanson (1994) didapatkan bahwa keluhan otot pada pria dan wanita yaitu 3:1. Astrand & Rodahl (1996) menyatakan bahwa kekuatan otot pada perempuan hanya 2/3 dibandingkan dengan kekuatan otot yang dimiliki pria, sehingga daya tahan otot pria pun lebih tinggi dibandingkan pada Wanita (Tarwaka, 2019). Hal tersebut yang membuat perempuan lebih sering mengalami nyeri punggung bawah disbanding laki – laki.

Gambaran Sikap Kerja Pekerja Konveksi Yang Mengalami Nyeri Punggung Bawah Di CV Jaya Manunggal Garment Berdasarkan Masa Kerja

Masa kerja adalah rentang waktu atau lamanya waktu yang dihabiskan seseorang untuk dipekerjakan oleh suatu perusahaan (Ardiyanti et al., 2017). Masa kerja responden dalam penelitian ini dihitung mulai dari mereka pertama kali melakukan pekerjaan hingga penelitian ini dilakukan. Pekerja yang bekerja dengan waktu sekitar >5 tahun, semakin banyak kelelahan dan kejenuhan yang akan mereka alami, terutama dengan tugas-tugas pekerjaan yang berulang dan membosankan, hal inilah yang menyebabkan pekerja pada penelitian ini berpotensi memiliki sikap kerja yang tidak baik. Menurut Suma'mur (2014), menyatakan bahwa semakin lama seseorang bekerja, maka lingkungan pekerjaan akan sangat berpengaruh dalam sikap kerja seseorang. Karena lingkungan kerja mempunyai pengaruh langsung terhadap karyawan didalam menyelesaikan pekerjaan yang pada akhirnya akan meningkatkan kinerja karyawan. Suatu kondisi lingkungan kerja dikatakan baik apabila karyawan dapat melaksanakan kegiatan secara optimal, sehat, aman, dan nyaman. Kajian empirik yang turut mendukung temuan penelitian ini adalah hasil penelitian yang dilakukan oleh Potu (2014), menemukan hasil penelitian bahwa lingkungan kerja berpengaruh positif terhadap kinerja karyawan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Karakteristik responden yang berjumlah 45 responden, mayoritas dengan usia terbanyak dalam kategori dewasa awal sebanyak 20 responden (44,44%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 35 responden (77,8%), dan masa kerja terbanyak selama 1 – 5 tahun sebanak 18 responden (40.0%). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data mayoritas pekerja memiliki sikap kerja tidak baik sebanyak 14 responden (31,1%) pada pekerja di usia kategori dewasa awal. Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan data mayoritas responden yang memiliki sikap kerja tidak baik yaitu pada perempuan sebanyak 26 responden (57,8%). Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan data mayoritas responden yang memiliki sikap kerja tidak baik sebanyak 16 responden (35,6%) dengan masa kerja selama 6 – 10 tahun.

Saran

Saran bagi pelayanan kesehatan diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi pelayanan kesehatan untuk dapat melakukan penyuluhan tentang kesehatan kerja terutama mengenai ergonomi pada pekerja konveksi.

DAFTAR PUSTAKA

- Dalilah, F. (2021). *Analisis terhadap Partisipasi Kerja Perempuan pada Sektor Formal di Indonesia. Jurnal Ilmiah*. <https://jimfeb.ub.ac.id/index.php/jimfeb/article/view/7306>
- Darmayanti, J. R., Handayani, P. A., & Supriyono, M. (2021). *Hubungan Usia , Jam , dan Sikap Kerja terhadap Kelelahan Kerja Pekerja Kantor Dinas Koperasi Usaha Kecil dan Menengah Provinsi Jawa Tengah. Prosidang Seminar Nasional UNIMUS*, 4, 1318–1330.
- Djarmiko, R. D. (2016). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja*. Yogyakarta : Deepublish.
- Dra. Sri Larasati, M.M. (2020). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja (-)*. Yogyakarta
- Lalu Husni. (2014). *Pengantar Hukum Ketenagakerjaan*, Ed—Revisi, Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Lating, Z., Lihi, M., & Lapodi, A. R. (2022). *Hubungan antara Posisi dan Lama Duduk dengan Kejadian Low Back Pain (LBP) pada Penjahit di Kota Ambon. 2-TRIK: Tunas-Tunas Riset Kesehatan*, 12(1), 28–32.
- Rezky Amaliah Usman. (2022). *Analisa Posisi Kerja Terhadap Resiko Kejadian Low Back Pain Pada Pengrajin Keramik Dinoyo*, 4(Juni).
- Septadina, Indri Seta., & Legiran. (2014). *Nyeri Pinggang dan Faktor - Faktor yang Mempengaruhinya. Jurnal Keperawatan Sriwijaya*, Volume:1 No.(2355). https://ejournal.unsri.ac.id/index.php/jk_sriwijaya/article/view/2336/1199.
- Tarwaka. (2014). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja : Manajemen dan Implementasi K3 di Tempat Kerja*. Surakarta : Harapan Press
- Widiyasari, K. ., Ahmad, A., & Budiman, F. (2014). *Hubungan Faktor Individu Dan Faktor Risiko Ergonomi Dengan Keluhan Low Back Pain (LBP) Pada Penjahit Sektor Usaha Informal CV. Wahyu Langgeng Jakarta Tahun 2014. Jurnal Inohim*,2(2), 90–99.[https://inohim.esaunggul.ac.id/index.php/INO/article /view/107](https://inohim.esaunggul.ac.id/index.php/INO/article/view/107)
- Widyanto, F.C.(2014). *Keperawatan komunitas dengan pendekatan praktis*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Wijayanti, F., Oktafany, Ramadhian, R. M., Saftarina, F., & Cania, E. (2019). *Kejadian Low Back Pain (LBP) pada penjahit konveksi di kelurahan Way Halim kota Bandar Lampung. Medula*, 8,82–88. <http://repository.lppm.unila.ac.id/13036/1/ergonomi.pdf>