

Diagnosis dan Intervensi Kejadian *Low Back Pain* (LBP) pada Komunitas Sopir Taksi di Pejarakan Karya Ampenan Mataram

Deny Sutrisna Wiatma^{a*}, Rozikin^a

^a Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Al-Azhar Mataram, Jl. Unizar No.20 Turida Kec. Sandubaya, Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat. 83232

*korespondensi author: rozikin@unizar.ac.id

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
<p>Sejarah artikel: Dikirim: 11 Januari 2024 Revisi: 12 Januari 2024 Diterima: 18 Januari 2024</p> <p>Kata kunci: Low Back Pain Sopir taksi Stretching Posisi duduk</p> <p>Key word: Low Back Pain Taxi Drivers Stretching Sitting Position</p>	<p>Sopir taksi termasuk ke dalam salah satu profesi yang diminati, namun tetap saja pekerjaan ini dapat menimbulkan beberapa risiko permasalahan medis maupun non medis berupa kecelakaan kerja. <i>Low Back Pain</i> (LBP) merupakan gangguan muskuloskeletal yang ditandai dengan kondisi nyeri di daerah punggung antara sudut bawah kosta sampai daerah lumbosacral termasuk permasalahan medis yang sering dialami sopir taksi. Tujuan dari kegiatan ini agar mampu melakukan langkah-langkah diagnosis komunitas dan melaksanakan intervensi pemecahan masalah LBP pada komunitas Sopir Taksi di Pejarakan Karya Ampenan Kota Mataram. Metode yang digunakan meliputi: Survei lokasi serta wawancara secara personal dengan komunitas sopir taksi, kemudian menentukan prioritas masalah dengan metode Delphi. Pengumpulan data berupa <i>informed consent</i> dan kuesioner. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa angkakejadian LBP pada sopir taksi adalah 76%. Durasi kerja, posisiduduk, dan latihan fisik merupakan indikator utama kejadian LBP pada sopir taksi. Intervensi terpilih dilaksanakan dalam rangka mengurangi resiko LBP pada sopir taksi meliputi: Pemberian edukasi (KIE) posisi kerja, latihan fisik teratur dan durasi, kerja yang baik serta, Peragaan latihan fisik berupa stretching sebelum bekerja.</p> <p>ABSTRACT</p> <p>Taxi drivers are among the sought-after professions; however, this job still poses several risks of both medical and non-medical issues, such as work-related accidents. Low Back Pain (LBP), a musculoskeletal disorder characterized by pain in the back between the lower rib angle and the lumbosacral region, is a common medical issue experienced by taxi drivers. The purpose of this activity is to be able to carry out community diagnosis steps and implement interventions to solve LBP issues in the Taxi Driver community in Pejarakan Karya Ampenan, Mataram City. The methods used include location surveys and personal interviews with the taxi driver community, then determining problem priorities using the Delphi method. Data collection includes informed consent and questionnaires. The results of the activity show that the incidence of LBP in taxi drivers is 76%. Work duration, sitting posture, and physical exercise are the main indicators of LBP incidents in taxi drivers. The selected interventions are implemented to reduce the risk of LBP in taxi drivers, including: Providing education (IEC) on work posture, regular and timed physical exercise, proper work habits, and demonstrating physical exercises such as stretching before work.</p>

Pendahuluan

Pengemudi taksi merupakan salah satu profesi dengan jam kerja yang fleksibel dengan pemesanan jasa yang saat ini sudah dapat diakses 24 jam melalui aplikasi online (Angraini, 2018). Pengemudi taksi bekerja ±10-15 jam per hari, yang dapat menimbulkan beberapa risiko masalah non-medis berupa kecelakaan kerja, baik karena kelalaian penggunaan sabuk pengaman, kondisi kendaraan yang kurang baik, dll (Ferusgel *et al.*, 2019).

Pengaruh durasi jam kerja, perilaku, kebiasaan, dan lain-lain dari pengemudi taksi dapat berdampak pada masalah medis yang mungkin terjadi (Azizul, 2020). Salah satu masalah medis yang sering dilaporkan dalam literatur pada pengemudi taksi adalah nyeri punggung bawah (*low back pain*) (Anggara *et al.*, 2023).

Nyeri punggung bawah adalah gangguan muskuloskeletal yang ditandai dengan rasa sakit pada

daerah punggung antara sudut bawah costa hingga daerah lumbosacral (Anggara *et al.*, 2023) (Pramesti *et al.*, 2023; Purnomo *et al.*, 2022). Oleh karena itu kegiatan pengabdian ini penting dalam menganalisis lebih lanjut terkait permasalahan kesehatan yang sering dialami oleh komunitas Sopir Taksi di Pejarakan Karya Ampenan Kota Mataram yakni Sakit Pinggang (*Low Back Pain*), serta memberikan intervensi yang sesuai dengan masalah yang mereka alami.

Metode

Metode yang digunakan pada pengabdian ini adalah metode Delphi (Rokhman *et al.*, 2017). Metode delphi adalah metode pendekatan teknis tanpa penilaian yang secara sistematis dalam mengumpulkan pendapat dari sekelompok orang melalui musyawarah untuk mencapai mufakat (diskusi dan argumentasi). Pendekatan awal dilakukan untuk mengetahui area masalah pada komunitas sopir taksi di Pejarakan Karya Ampenan Kota Mataram, Nusa Tenggara Barat, dilakukan dengan melalui survei lokasi serta dengan wawancara secara personal dengan komunitas sopir taksi. Selanjutnya dilakukan penelusuran literatur dan perolehan data. Berdasarkan hasil wawancara dan penentuan masalah prioritas yang telah dilakukan bahwa permasalahan yang diangkat pada komunitas sopir taksi di Pejarakan Karya Ampenan adalah permasalahan *Low Back Pain*/LBP (sakit pinggang).

Instrumen pengumpulan data berupa *informed consent* dan kuesioner survei yang diberikan kepada sopir taksi. Pengolahan dan analisis data dilakukan secara manual dengan menggunakan software *Microsoft Excel* untuk menganalisa data-data yang sudah didapat dengan menggunakan analisis univariat.

Secara umum, metode berisi tentang tindakan yang akan diobservasi, bagaimana observasi dilakukan termasuk waktu, lama, dan tempat dilakukannya observasi, bahan dan alat yang digunakan, metode untuk memperoleh data/informasi, serta cara pengolahan data dan analisis yang dilakukan. Metode harus dijelaskan secara lengkap agar peneliti lain dapat melakukan uji coba ulang. Acuan (referensi) diberikan pada metode yang kurang dikenal.

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian dilakukan pada sopir taksi di wilayah Pejarakan Karya Ampenan, Mataram, Nusa Tenggara Barat. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *accidental sampling* (teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan cara mengambil kasus pada responden yang kebetulan ada dalam suatu

tempat sesuai dengan konteks pengabdian). Jumlah sampel dalam pengabdian ini yaitu sebanyak 25 orang sopir taksi. Berikut karakteristik dan Intervensi yang dinilai :

I. Karakteristik responden berdasarkan usia dan tingkat pendidikan

Tabel I. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi / Jumlah	
	N (25)	Persentase (100%)
Usia		
>35 Tahun	21	84
≤35 Tahun	4	16
Pendidikan		
SD	1	4
SMP	6	24
SMA	15	60
PT	3	12

Karakteristik usia, dari total responden sopir taksi sebanyak 25 orang didapatkan bahwa sebagian besar usia responden >35 tahun adalah 21 orang (84%) dan responden dengan usia <35 tahun adalah 4 orang (16%). Sedangkan, berdasarkan karakteristik tingkat pendidikan, didapatkan hasil sebanyak 15 orang (60%) responden dengan pendidikan terakhir SMA (Sekolah Menengah Atas), 6 orang (24%) responden dengan pendidikan terakhir SMP, 3 orang (12%) responden dengan pendidikan terakhir Perguruan Tinggi Negeri, dan 1 orang (4%) responden dengan pendidikan terakhir SD.

2. Karakteristik responden berdasarkan masa kerja

Tabel 2. Masa Kerja

Masa Kerja	Frekuensi / Jumlah	
	N	Persentase (%)
>6 Tahun	10	40
≤6 Tahun	15	60
Total	25	100

Karakteristik masa kerja, dari total responden sopir taksi sebanyak 25 orang didapatkan bahwa sebagian besar masa kerja responden ≤6 tahun adalah 15 orang (60%) dan responden dengan masa kerja >6 tahun adalah 10 orang (40%).

3. Karakteristik responden berdasarkan durasi kerja

Tabel 3. Durasi Kerja

Durasi Kerja	Frekuensi / Jumlah	
	N	Persentase (%)
>8 Jam	19	76
≤8 Jam	6	24
Total	25	100

Karakteristik durasi kerja, dari total responden sopir taksi sebanyak 25 orang didapatkan bahwa sebagian besar durasi kerja responden >8 jam adalah

19 orang (76%) dan responden dengan masa kerja ≤ 8 jam adalah 6 orang (24%).

4. Karakteristik responden berdasarkan beban kerja

Tabel 4. Beban Kerja

Beban Kerja	Frekuensi / Jumlah	
	N	Persentase (%)
Berat	10	40
Ringan	15	60
Total	25	100

Karakteristik beban kerja, dari total responden sopir taksi sebanyak 25 orang didapatkan bahwa sebagian besar beban kerja responden ringan adalah 15 orang (60%) dan responden dengan beban kerja berat adalah 10 orang (40%).

5. Karakteristik responden berdasarkan posisi kerja

Tabel 5. Posisi Kerja

Posisi Kerja	Frekuensi / Jumlah	
	N	Persentase (%)
Tidak Baik	17	68
Baik	8	32
Total	25	100

Total responden sopir taksi sebanyak 25 orang didapatkan bahwa sebagian besar posisi kerja responden yang tidak baik adalah 17 orang (68%) dan responden dengan posisi kerja yang baik adalah 8 orang (32%).

6. Karakteristik responden berdasarkan latihan fisik

Tabel 6. Latihan Fisik

Latihan Fisik	Frekuensi / Jumlah	
	N	Persentase (%)
Tidak Sering	21	84%
Sering	4	16%
Total	25	100%

Total responden sopir taksi sebanyak 25 orang didapatkan bahwa sebagian besar responden yang tidak sering/jarang melakukan latihan fisik adalah 21 orang (84%) dan responden yang sering melakukan latihan fisik adalah 4 orang (16%).

7. Karakteristik responden berdasarkan *Low Back Pain* (LBP)

Tabel 7. *Low Back Pain* (LBP)

<i>Low Back Pain</i> (LBP)	Frekuensi / Jumlah	
	N	Persentase (%)

Ya	19	76%
Tidak	6	24%
Total	25	100%

Karakteristik *Low Back Pain* (LBP), dari total responden sopir taksi sebanyak 25 orang didapatkan bahwa sebagian besar responden yang mengalami *Low Back Pain* (LBP) adalah 19 orang (76%) dan responden yang tidak mengalami *Low Back Pain* (LBP) adalah 6 orang (24%).

8. Intervensi LBP pada komunitas sopir taksi



Gambar I. Kegiatan intervensi melalui: (a) Penyuluhan Poster; (b) Pemberian edukasi (KIE) mengenai posisi kerja; dan (c) mempragakan latihan fisik

Usia yang paling banyak ditemukan pada sopir taksi adalah >35 tahun, yaitu sebanyak 84% berdasarkan wawancara. Berdasarkan teori yang ada, angka kejadian *low back pain* (LBP) sering meningkat pada seseorang yang berusia 55 tahun (Rahmawati, 2021; Wijayanti & Saftarina, 2019). Namun, keluhan pertama LBP biasanya terjadi pada seseorang di usia 35 tahun, dan tingkat keluhan ini akan terus memuncak seiring dengan bertambahnya usia. Pengaruh faktor usia terhadap kejadian LBP disebabkan oleh kekuatan dan daya tahan otot yang mulai melemah seiring bertambahnya usia seseorang (Annamyra & Simanjanora, 2023; Arummega et al., 2022).

Sedangkan, tingkat pendidikan terbanyak yang dimiliki oleh para sopir taksi yaitu Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 60% responden berdasarkan wawancara yang telah dilakukan dengan para sopir taksi. Berdasarkan teori, tingkat pendidikan seseorang akan berhubungan dengan tingkat pengetahuan yang dimiliki. Dimana, pada kejadian LBP pada sopir taksi ini tingkat pendidikan juga berpengaruh karena pengetahuan dan pemahaman mengenai LBP, termasuk juga pengetahuan mengenai bahaya serta penanganan LBP pada sopir taksi masih kurang (Ferusgel et al., 2019).

Masa kerja terbanyak yang dimiliki oleh para sopir taksi yakni masa kerja ≤ 6 tahun sebanyak 60%. Berdasarkan teori yang ada, kejadian LBP berkaitan dengan masa kerja seseorang. Hal ini dikarenakan, masa kerja seseorang akan berhubungan dengan kemampuan tulang yang akan semakin berkurang seiring lamanya masa kerja, karena seseorang tersebut akan menerima tekanan dari beban kerja yang ada (Koesyanto, 2013). Hal tersebut yang menyebabkan semakin lama seseorang bekerja maka risiko untuk mengalami LBP akibat masa kerja pun makin besar. Masa kerja > 6 tahun memiliki risiko lebih tinggi dari pada pekerja dengan masa kerja ≤ 6 tahun. Kondisi ini berkaitan dengan paparan terhadap beban kerja yang terjadi setiap harinya dan pada akhirnya menyebabkan keluhan LBP (Hadyan, 2015).

Durasi kerja terbanyak yang dimiliki oleh para sopir taksi yaitu durasi kerja ≥ 8 jam sebanyak 76%. Berdasarkan teori yang ada, durasi kerja berkaitan dengan kelelahan otot yang terjadi pada sopir taksi akibat dari postur tubuh yang dipertahankan dalam jangka waktu yang lama dalam sehari bekerja (Rahmawati, 2021). Kelelahan otot ini akan berdampak pada oksigenasi otot yang tidak tercukupi dengan baik, sehingga menyebabkan terjadinya rasa nyeri berupa LBP (Hadyan, 2015).

Beban kerja terbanyak yang dimiliki oleh para sopir taksi yaitu beban kerja ringan sebanyak 60%. Berdasarkan teori yang ada, beban kerja yang berat dapat memberikan beban mekanik yang besar pula terhadap kerja otot. Sehingga, beban kerja yang semakin berat ini dapat menyebabkan terjadinya reaksi kelelahan otot hingga inflamasi yang akan menyebabkan timbulnya rasa nyeri pinggang (LBP) (Anggara *et al.*, 2023). Namun pada sopir taksi di Pejarakan Karya Ampenan ini rata-rata memiliki beban kerja yang ringan, sehingga aspek beban kerja ini tidak berpengaruh secara signifikan terhadap kejadian LBP.

Posisi kerja terbanyak yang dimiliki oleh para sopir taksi yakni posisi kerja yang tidak baik yaitu sebanyak 68%. Berdasarkan teori yang ada, posisi tubuh yang menyimpang dapat menyebabkan suatu kondisi tidak lancarnya transfer energi dari otot ke jaringan rangka tubuh, sehingga menimbulkan kelelahan otot dan rasa nyeri di area pinggang LBP khususnya pada sopir taksi (Hadyan, 2015).

Latihan fisik terbanyak yang dimiliki oleh para sopir taksi yakni latihan fisik yang jarang/tidak sering dilakukan yaitu sebanyak 84%. Berdasarkan teori yang ada, latihan fisik merupakan suatu upaya yang dapat dilakukan guna untuk meningkatkan kekuatan otot. Minimnya kegiatan latihan fisik dapat menimbulkan

berbagai keluhan otot, baik itu kekakuan otot yang kemudian dapat menjadi faktor risiko seseorang mudah mengalami LBP (Safitri S, 2019).

Berdasarkan total responden sopir taksi, didapatkan bahwa sebagian besar responden yang mengalami LBP adalah sebanyak 76%. Banyaknya sopir taksi yang mengalami LBP menunjukkan bahwa pekerjaan sopir taksi memang termasuk ke dalam salah satu pekerjaan yang memiliki risiko tinggi terjadinya. Hal ini dilihat dari faktor-faktor pencetus LBP yang erat kaitannya dengan sopir taksi (Hadyan, 2015).

Berdasarkan data univariat, didapatkan penyebab dari permasalahan yang terdapat pada sopir taksi di wilayah Pejarakan Karya Ampenan adalah kurangnya pemahaman mengenai durasi kerja, posisi kerja dan pentingnya latihan fisik dengan kejadian LBP yang dialami para sopir taksi. Maka dari itu, perlu untuk dilakukannya peningkatan pengetahuan terkait LBP dan terkait durasi kerja, posisi kerja serta latihan fisik dengan melakukan intervensi pada komunitas sopir taksi di wilayah Pejarakan Karya Ampenan. Intervensi yang dilakukan pada pengabdian ini adalah:

1. Pemberian edukasi (KIE) mengenai posisi kerja, latihan fisik teratur dan durasi kerja yang baik pada komunitas sopir taksi di wilayah Pejarakan Karya Ampenan.
2. Peragaan latihan fisik berupa stretching sebelum bekerja pada komunitas sopir taksi di wilayah Pejarakan Karya Ampenan.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan data dan pembahasan hasil pengabdian tentang diagnosis dan intervensi pada komunitas sopir taksi, dapat disimpulkan bahwa LBP merupakan masalah yang menjadi prioritas utama pada komunitas sopir taksi dengan 76% responden mengalami LBP. Dari beberapa indikator terjadinya LBP maka dilakukanlah intervensi terhadap durasi kerja, aktivitas fisik, dan posisi duduk.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terimakasih kepada pengelola PT Blue Bird Mataram dan komunitas Sopir Taksi Blue Bird di Wilayah Pejarakan Karya Ampenan Kota Mataram yang telah bekerjasama dan kooperatif dalam kegiatan pengabdian yang dilakukan oleh dosen dan mahasiswa FK UNIZAR.

Daftar Pustaka

- Anggara, A., Windusari, Y., Hasyim, H., & Noviadi, P. (2023). Postur Mengemudi dan

- Penggunaan Lumbar support dalam Pencegahan Risiko LBP pada Pengemudi: Literature Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(12), 2390-2396.
- Angraini, P. A. (2018). *Studi Komparatif Pelayanan Taksi Online dan Taksi Konvensional Terhadap Kepuasan Pelanggan dalam Perspektif Ekonomi Islam (Studi pada Taksi Puspa Jaya di Bandar Lampung)* UIN Raden Intan Lampung].
- Annamyra, R. S., & Simanjorang, C. (2023). Hubungan Durasi Duduk dan Postur Kerja Terhadap Keluhan Low Back Pain pada Karyawan Bank Kb Bukopin Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Sesebanua*, 7(1), 1-9.
- Arummega, M. N., Rahmawati, A., & Meiranny, A. (2022). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Nyeri Punggung Ibu Hamil Trimester III: Literatur Review. *Oksitosin: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(1), 14-30.
- Azizul, I. (2020). Analisis Faktor Resiko Tingkat Kelelahan Supir Bus Rapid Transit (BRT) Trans Jateng Penyebab Kecelakaan Lalu Lintas. *SKRIPSI*.
- Ferusgel, A., Masni, M., & Arti, N. A. (2019). Faktor yang Mempengaruhi Risiko Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada Driver Ojek Online Wanita Kota Medan. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice")*, 11(1), 68-72.
- Hadyan, M. F. (2015). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Low Back Pain pada Pengemudi Transportasi Publik. *Jurnal Majority*, 4(7), 19-24.
- Pramesti, M. N., Sulastris, S., Yunani, Y., & Murhan, A. (2023). Penatalaksanaan Nyeri pada Pasien Low Back Pain Dan Post Operasi Hernia Inguninalis. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKPI)*, 4(2), 206-212.
- Purnomo, A., Endaryanto, A. H., Priasmoro, D. P., & Abdullah, A. (2022). Hubungan Posisi Perawat Dalam Melakukan Pasien Handling Transfer Bed Terhadap Keluhan Nyeri Punggung Bawah Perawat di Rumah Sakit Reksa Waluya Mojokerto. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(2).
- Rahmawati, A. (2021). Risk factor of low back pain. *Jurnal Medika Utama*, 3(01 Oktober), 1601-1607.
- Rokhman, M. M., Wibowo, S. A., & Pranoto, Y. A. (2017). Pemanfaatan Delphi. 7 untuk Object Oriented Programming pada Siswa SMKN 1 Ampelgading. *Industri Inovatif: Jurnal Teknik Industri*, 7(1), 38-42.
- Safitri S, E. (2019). *Perbandingan Efek antara Mobilization of the Nervous as System (MONAS) dengan Active Exercise terhadap Perubahan Nyeri dan Fleksibilitas pada Penderita Low Back Pain (LBP)* Universitas Hasanuddin].
- Wijayanti, F., & Saftarina, F. (2019). Kejadian Low Back Pain (LBP) pada Penjahit Konveksi di Kelurahan Way Halim Kota Bandar Lampung. *MEDULA, medicalprofession journal of lampung university*, 8(2), 82-88.