



LEMBAR PENGESAHAN

Judul : Hubungan Beban Kerja Fisik dengan Nyeri Punggung Bawah pada
Pekerja Penjahit Konveksi di Kecamatan Bojong

Nama : Lutfy Faradilla

Menerangkan bahwa abstrak ini telah diterjemahkan dalam Bahasa Inggris oleh
Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK), Universitas Muhammadiyah
Pekalongan Pekalongan.

Pekalongan, 12 September 2024

Disahkan oleh,
Kepala Lembaga Pengembangan Bahasa dan Kerja Sama (LPBK)



Aida Rusmariana, S.Kep., Ns., MAN 8

ABSTRAK

Lutfy Faradilla¹, Nurul Aktifah²

Hubungan Beban Kerja Fisik dengan Nyeri Punggung Bawah pada Pekerja Penjahit Konveksi di Kecamatan Bojong

Pendahuluan: Penjahit merupakan suatu pekerjaan dengan beban kerja fisik yang muncul akibat tuntutan tugas dan lingkungan kerja yang berkelanjutan, yang menyebabkan rasa nyeri dan ketidaknyamanan pada otot, tulang, dan sendi. Salah satu gangguan muskuloskeletal yang umum adalah nyeri punggung bawah, yang disebabkan oleh ergonomi yang tidak tepat dan ditandai dengan gejala utama berupa nyeri atau ketidaknyamanan di sekitar area punggung.

Tujuan: Penelitian ini untuk mengetahui hubungan beban kerja fisik dengan nyeri punggung bawah pada pekerja penjahit konveksi di Kecamatan Bojong.

Metode Penelitian: Jenis penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel yaitu dengan Total Sampling berdasarkan kriteria dengan jumlah sampel 45 pekerja. Data dianalisis dengan uji *spearman*.

Hasil: Hasil penelitian berdasarkan uji *spearman* hubungan beban kerja fisik dengan nyeri punggung bawah didapatkan $p\text{-value } 0,002 < 0,05$ dengan koefisien korelasi sebesar 0,449 menunjukkan bahwa arah korelasi positif dengan kekuatan korelasi cukup.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara beban kerja fisik dengan nyeri punggung bawah pada pekerja penjahit konveksi di kecamatan Bojong.

Saran: Memberikan teknik pencegahan nyeri punggung bawah yang mencakup pelatihan tentang cara duduk yang benar, peregangan dan pentingnya istirahat yang cukup.

Kata Kunci: *Fisioterapi, beban kerja fisik, nyeri punggung bawah*

Daftar Pustaka: 27 (2014-2024)

ABSTRAK

Lutfy Faradilla¹, Nurul Aktifah²

The Correlation between Physical Workload and Lower Back Pain in Convection Tailor Workers in Bojong District

Introduction: Tailoring is a job with a physical workload that arises due to the demands of the task and the continuous work environment, which causes pain and discomfort in muscles, bones, and joints. One common musculoskeletal disorder is low back pain, which is caused by improper ergonomics and is characterized by the main symptom of pain or discomfort around the back area.

Objective: This study was to determine the correlation between physical workload and low back pain in convection sewing workers in Bojong District.

Research Method: The study used quantitative correlation with *a cross-sectional* approach. The sampling technique is Total Sampling based on criteria with a sample of 45 workers. The Spearman test analyzed the data.

Results: The results of the study based on the Spearman test of the correlation between physical workload and low back pain obtained a p-value of $0.002 < 0.05$ with a correlation coefficient of 0.449, indicating that the direction of positive correlation with sufficient correlation strength was obtained.

Conclusion: There is a correlation between physical workload and low back pain in convection tailor workers in the Bojong district.

Suggestion: Provide low back pain prevention techniques that include training on how to sit correctly, stretching and the importance of adequate rest.

Keywords: *Physiotherapy, physical workload, low back pain*

Bibliography: 27 (2014-2024)