

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

1. Profil Menara Bosowa

Menara Bosowa adalah sebuah bangunan 23 lantai dengan tinggi 120 m milik Bosowa Cooperation. Bangunan yang diresmikan pada September 2009 silam ini terletak di Jalan Sudirman Kota Makassar dan berhadapan langsung dengan Lapangan Karebosi, Bangunan yang berdiri di atas lahan seluas 4.300 m merupakan gedung perkantoran tertinggi dan terbesar di Indonesia Timur, yang memiliki pandangan 360 derajat ke kota Makassar.

Bangunan ini dilengkapi dengan *security check point* pada lobby utama yang dilengkapi dengan CCTV, juga dilengkapi central alarm, AC dan fire protection di tiap lantai, Bangunan ini juga dilengkapi dengan 4 unit *high speed elevators*, 2 unit *carpark lift* dan 1 unit *service lift*. Bangunan ini pun dilengkapi dengan 848 *lines up telephone*. Dan sebagai gedung perkantoran, Menara Bosowa dilengkapi dengan *parking area* dengan kapasitas 350 mobil dan 285 sepeda motor. Selain itu, Menara Bosowa juga dilengkapi dengan fasilitas public seperti *Business Centre*, *Restaurant*, *Cafe*, *Foodcourt*, Bank dan *ATM Centre*. Dan sebagai gedung perkantoran yang terletak di pusat Kota Makassar, Menara Bosowa

pun menawarkan biaya sewa untuk tiap unitnya sebesar Rp 1,5 Milyar/tahun,

2. Sejarah terbentuknya Perusahaan Bosowa

Nama Bosowa berasal dari nama 3 Kerajaan Bugis yaitu Bone, Soppeng dan Wajo. Bosowa bergerak di 6 grup usaha yaitu otomotif, semen, pertambangan dan energi, jasa keuangan, properti dan pendidikan. Selain menjalankan grup usaha intinya, Bosowa juga menjalankan sejumlah proyek perintis di bidang media, olahraga dan agrokultur. Bosowa juga melakukan kegiatan CSR di bidang pendidikan, kemanusiaan dan keagamaan, serta sosial dan kebudayaan.

a. Dekade 1970-an

CV Moneter berdiri sebagai cikal bakal Bosowa pada tanggal 22 Februari 1973 di Makassar. Berubah menjadi Perseroan Terbatas dengan nama PT Moneter Motor dan mendapat hak eksklusif menjadi dealer resmi mobil Datsun untuk kawasan Indonesia Timur.

b. Dekade 1980-an

Mendapat kepercayaan dari Mitsubishi Motors menjadi sales dan distributor mobil Mitsubishi untuk kawasan Indonesia Timur dan mengubah nama menjadi PT Bosowa Berlian Motor. Memasuki industri manufaktur dengan mendirikan PT Semen Bosowa Maros, serta membangun usaha distribusi, logistik dan

transportasi pendukung. Memasuki usaha infrastruktur dengan membangun jalan tol Ir. Sutami di Makassar. Mengembangkan usaha jasa keuangan dengan melakukan akuisisi perusahaan asuransi.

c. Dekade 2000-an

Melakukan ekspansi di berbagai bidang usaha dengan mendirikan pabrik semen di Batam, mengakuisi dan membangun beberapa ruas jalan tol di Jabodetabek dan Makassar. Memasuki usaha Properti dengan mendirikan Menara Bosowa dan akuisisi Hotel Aryaduta Makassar. Melakukan transisi kepemimpinan perusahaan dari pendiri ke generasi kedua.

d. Dekade 2010-an

Melakukan diversifikasi usaha jasa keuangan dengan melakukan akuisisi Bank Bukopin dan Bank Kesawan (sekarang Bank QNB Indonesia) dan perusahaan sekuritas. Memasuki usaha pendidikan dengan melakukan akuisisi Universitas 45 (sekarang Universitas Bosowa) memperkuat usaha infrastruktur dengan mendirikan Pembangkit Listrik Tenaga Uap di Jenepono, Sulawesi Selatan dan Terminal LPG di Makassar dan Banyuwangi. Menambah kapasitas industri semen dengan mendirikan Line-2 di Maros dan pabrik semen di Banyuwangi.

2. Visi dan Misi

a. Visi

“Menjadi korporasi terdepan dan profesional yang konsisten bertumbuh serta berkontribusi positif bagi pemangku kepentingan.”

b. Misi

- 1) Membangun portofolio bisnis yang sehat dengan memberikan layanan dan produk terbaik.
- 2) Strukturisasi keuangan yang sehat.
- 3) Membangun dan mengembangkan SDM yang berkualitas, serta menciptakan lingkungan kerja yang harmonis.
- 4) Menjalankan tata kelola korporasi yang baik.
- 5) Memberikan kontribusi nyata dan berfaedah bagi masyarakat.

B. Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

a. Jenis Kelamin

Tabel 5.1
Distribusi Jenis Kelamin Pada Pegawai *Building Management* Menara Bosowa Group
Kota Makassar
Tahun 2025

Jenis Kelamin	n	%
Laki-laki	54	79,4
Perempuan	14	20,6
Total	68	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.1, diketahui bahwa dari 68 pegawai diperoleh hasil yaitu dengan kategori laki-laki sebanyak 54 pegawai (79,4%) dan kategori Perempuan sebanyak 14 pegawai (20,6%)

b. Umur

Tabel 5.2
Distribusi Umur Pada Pegawai *Building Management*
Menara Bosowa Group
Kota Makassar
Tahun 2025

Umur	n	%
Remaja Akhir (17-25 tahun)	26	38,2
Dewasa Awal (26-35 tahun)	23	33,8
Dewasa Akhir (36-45 tahun)	15	22,1
Lansia Awal (46-55 tahun)	3	4,4
Lansia Akhir (56-65 tahun)	1	1,5
Total	68	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.2, diketahui bahwa dari 68 pegawai diperoleh hasil dengan kategori umur yang paling banyak yaitu kategori remaja akhir sebanyak 26 pegawai (38,2%) sedangkan yang kategori paling sedikit yaitu lansia akhir sebanyak 1 pegawai (1,5%).

c. Masa Kerja

Tabel 5.3
Distribusi Kategori Masa Kerja Pada Pegawai *Building Management*
Menara Bosowa Group
Kota Makassar
Tahun 2025

Masa Kerja	n	%
Masa Kerja Baru (< 5 tahun)	46	67,6
Masa Kerja Lama (> 5 tahun)	22	32,4
Total	68	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.3, bahwa pengelompokan masa kerja dalam 3 kategori di atas didasarkan pada (Verantie et al., 2025) dalam teori Tarwaka (2017) diketahui bahwa dari 68 pegawai diperoleh hasil dengan kategori masa kerja yang paling banyak yaitu masa kerja baru (< 5 tahun) sebanyak 46 pegawai (83,8%) sedangkan yang masa kerja lama (>5 tahun) sebanyak 22 pegawai (16,2%).

d. Lama Kerja

Tabel 5.4
Distribusi Kategori Lama Kerja Pada Pegawai *Building Management* Menara Bosowa Group
Kota Makassar
Tahun 2025

Lama Kerja	n	%
Memenuhi Syarat (≤ 8 jam)	44	64,7
Tidak Memenuhi Syarat (> 8 jam)	24	35,3
Total	68	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.4, diketahui bahwa dari 68 pegawai diperoleh hasil yaitu pegawai dengan kategori lama kerja memenuhi syarat (≤ 8 jam) sebanyak 44 pegawai (64,7%) dan pegawai dengan kategori lama kerja tidak memenuhi syarat (> 8 jam) sebanyak 24 pegawai (35,3%).

e. Beban Kerja

Tabel 5.5
Distribusi Kategori Beban Kerja Pada Pegawai *Building Management* Menara Bosowa Group
Kota Makassar
Tahun 2025

Beban Kerja	n	%
Ringan	39	57,4
Sedang	15	22,1
Agak Berat	14	20,6
Total	68	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.5, tentang distribusi responden berdasarkan beban kerja pada pegawai *building management* Menara Bosowa Group Kota Makassar tahun 2025, diketahui bahwa dari 68 pegawai diperoleh hasil yaitu dengan kategori beban kerja ringan sebanyak 39 pegawai (57,4%), sedangkan kategori beban kerja sedang sebanyak 15 pegawai (22,1%) dan kategori beban kerja agak berat sebanyak 14 pegawai (20,6%).

f. Sikap Kerja

Tabel 5.6
Distribusi Kategori Sikap Kerja Pada Pegawai *Building Management* Menara Bosowa Group
Kota Makassar Tahun 2025

Sikap Kerja	n	%
Ergonomi	51	75,0
Tidak Ergonomi	17	25,0
Total	68	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.6, tentang distribusi responden berdasarkan sikap kerja pada pegawai *building management* Menara Bosowa Group Kota Makassar tahun 2025, diketahui

bahwa dari 68 pegawai diperoleh hasil yaitu dengan kategori sikap kerja yang ergonomi 51 pegawai (75,0%) dan kategori sikap kerja yang tidak ergonomi sebanyak 17 pegawai (25,0%).

g. Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Tabel 5.7
Distribusi Kategori Keluhan Nyeri Punggung Bawah
Pada Pegawai *Building Management*
Menara Bosowa Group
Kota Makassar
Tahun 2025

Keluhan Nyeri Punggung Bawah	n	%
Mengalami Keluhan	26	38,2
Tidak Mengalami Keluhan	42	61,8
Total	68	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.7 tentang distribusi responden berdasarkan keluhan nyeri punggung bawah pada pegawai *building management* Menara Bosowa Group Kota Makassar tahun 2025, diketahui dari 68 pegawai diperoleh hasil yaitu dengan kategori pegawai yang mengalami keluhan sebanyak 26 pegawai (38,2%) dan kategori pegawai yang tidak mengalami keluhan sebanyak 42 pegawai (61,8%).

Tabel 5.8
Distribusi Responden Berdasarkan Kuesioner Keluhan
Nyeri Punggung Bawah Pada Pegawai *Building*
***Management* Menara Bosowa Group**
Kota Makassar Tahun 2025

Pernyataan	Ya		Tidak	
	n	%	n	%
Pegawai merasakan panas pada daerah punggung bagian bawah.	4	5,9	64	94,1
Pegawai merasakan kaku pada daerah punggung bagian bawah	27	39,7	41	60,3
Pegawai merasakan nyeri punggung bawah sebelum melakukan aktivitas pekerjaan.	6	8,8	62	91,2
Pegawai merasakan nyeri seperti tertusuk-tusuk di bagian punggung bawah.	7	10,3	61	89,7
Pegawai merasakan nyeri pada bagian punggung bawah secara terus-menerus saat melakukan pekerjaan.	25	36,8	43	63,2
Pegawai merasakan nyeri pada bagian punggung bawah setelah mengangkat beban.	38	55,9	30	44,1
Pegawai merasakan nyeri pada bagian punggung bawah sesudah melakukan aktivitas pekerjaan.	31	45,6	37	54,4
Pegawai merasa kesulitan saat membungkukkan badan.	25	36,8	43	63,2
Pegawai merasakan nyeri pada bagian punggung bawah hanya saat melakukan pekerjaan.	11	16,2	57	83,8
Pegawai tidak bisa berjalan karena nyeri punggung bawah.	22	32,4	46	67,6
Pegawai tidak merasakan nyeri punggung bawah saat mengangkat beban.	13	19,1	55	80,9
Pegawai merasa kesulitan untuk memutar badan ke kiri dan ke kanan.	23	33,8	45	66,2
Pegawai merasakan nyeri pada bagian punggung bawah saat berada dalam posisi membungkuk.	27	39,7	41	60,3
Pegawai tidak merasakan nyeri dari bagian punggung sampai ke tungkai kaki.	7	10,3	61	89,7

Pernyataan	Ya		Tidak	
	n	%	n	%
Pegawai merasakan nyeri punggung bawah saat beristirahat.	2	2,9	66	97,1
Pegawai merasa kesemutan pada daerah punggung bawah.	6	8,8	62	91,2
Nyeri punggung bawah yang pegawai rasakan sembuh dengan sendirinya.	48	70,6	20	29,4
Nyeri punggung bawah yang pegawai rasakan sembuh saat beristirahat.	51	75,0	17	25,0
Pegawai merasakan nyeri punggung bawah saat berjalan.	20	29,4	48	70,6
Pegawai merasakan baal (mati rasa) dari punggung bawah sampai ke tungkai kaki.	0	0	68	100

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.8 menunjukkan bahwa responden dengan jawaban pada pertanyaan tentang keluhan nyeri punggung bawah jawaban yang paling banyak pada kategori ya, pada pertanyaan nomor 18 sebanyak 51 responden dengan persentase 75,0% dan jawaban yang paling sedikit pada kategori ya, pada pertanyaan nomor 20 sebanyak 0 responden, jawaban yang paling banyak pada kategori tidak, pada pertanyaan nomor 20 sebanyak 68 responden dengan persentase 100% dan jawaban yang paling sedikit pada kategori tidak, pada pertanyaan nomor 18 sebanyak 17 responden dengan persentase 25,0%.

2. Analisis Bivariat

A. Hubungan Lama Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Tabel 5.9
Hubungan Lama Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pegawai *Building Management* Menara Bosowa Group Kota Makassar Tahun 2025

Lama Kerja	Keluhan Nyeri Punggung Bawah				Total		<i>p-Value</i>
	Mengalami Keluhan		Tidak Mengalami Keluhan				
	n	%	n	%	n	%	
Tidak Memenuhi Syarat (> 8 jam)	22	91,7	2	8,3	44	100	0,000
Memenuhi Syarat ($\leq$ 8 jam)	4	9,1	40	90,9	24	100	
Total	26	38,2	42	61,8	68	100	

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.9 dapat dilihat bahwa dari 44 pegawai yang lama kerjanya memenuhi syarat, 4 pegawai (9,1%) yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah, sedangkan 40 pegawai (90,9%) tidak mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Sementara itu, dari 24 pegawai yang lama kerjanya tidak memenuhi syarat, sebanyak 22 pegawai (91,7%) yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah, dan 2 pegawai (8,3%) yang tidak mengalami keluhan nyeri punggung bawah.

Hasil analisis data menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,000$. Karena nilai $p < 0,05$ maka H_0 tidak diterima,

yang berarti ada hubungan yang signifikan antara lama kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada pegawai *building management* Menara Bosowa Group Kota Makassar.

B. Hubungan Beban Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Tabel 5.10
Hubungan Beban Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pegawai *Building Management* Menara Bosowa Group Kota Makassar Tahun 2025

Beban Kerja	Keluhan Nyeri Punggung Bawah				Total		<i>p-Value</i>
	Mengalami Keluhan		Tidak Mengalami Keluhan				
	n	%	n	%	n	%	0,058
Agak Berat	9	64,3	5	35,7	14	100	
Sedang	6	40,0	9	60,0	15	100	
Ringan	11	28,2	28	71,8	39	100	
Total	26	38,2	42	61,8	68	100	

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan tabel 5.10, dapat dilihat bahwa dari 14 pegawai yang mengalami beban kerja agak berat, 9 pegawai (64,3%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah, sedangkan 5 pegawai (35,7%) tidak mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Sementara itu, dari 15 pegawai yang mengalami beban kerja sedang, 6 pegawai (40,0%) yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah, sedangkan 9 pegawai (60,0%) tidak mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Sementara itu, dari 39 pegawai yang mengalami beban kerja ringan, 11 pegawai

(28,2%) yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah, sedangkan 28 pegawai (71,8%) tidak mengalami keluhan nyeri punggung bawah.

Hasil analisis menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,058$. Karena nilai $p > 0,05$ maka H_0 diterima, yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada pegawai *building management* Menara Bosowa Group Kota Makassar.

C. Hubungan Sikap Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Tabel 5.11
Hubungan Sikap Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Pegawai *Building Management* Menara Bosowa Group Kota Makassar Tahun 2025

Sikap Kerja	Keluhan Nyeri Punggung Bawah				Total		p-Value
	Mengalami Keluhan		Tidak Mengalami Keluhan				
	n	%	n	%	n	%	0,000
Tidak Ergonomi	17	100	0	0,0	51	100	
Ergonomi	9	17,6	42	82,4	17	100	
Total	26	38.2	42	61.8	68	100	

Sumber: Data Primer, 2025

Berdasarkan Tabel 5.12, dapat dilihat bahwa dari 51 pegawai yang sikap kerjanya ergonomi, 9 pegawai (17,6%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah, sedangkan 42 pegawai (82,4%) yang tidak mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Sementara itu, dari 17 pegawai yang sikap

kerjanya tidak ergonomi, sebanyak 17 pegawai (100%) yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah, dan tidak ada pegawai yang tidak mengalami keluhan nyeri punggung bawah.

Hasil analisis menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai $p = 0,000$. Karena nilai $p < 0,05$ maka H_0 ditolak, yang berarti ada hubungan yang signifikan antara sikap kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada pegawai *building management* Menara Bosowa Group Kota Makassar.

C. Pembahasan

a. Hubungan Lama Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Lama kerja merupakan waktu yang digunakan untuk melakukan suatu kegiatan atau bekerja dalam sehari. Waktu kerja bagi seseorang menentukan kesehatan yang bersangkutan, dalam efisiensi, efektivitas dan produktivitas kerjanya. Lamanya seseorang bekerja dengan baik dalam sehari 6-8 jam dan sisanya untuk beristirahat atau berkumpul dengan keluarga. Dalam seminggu orang bisa bekerja dengan baik selama 40 jam yang dapat dibagi dalam 5/6 hari kerja. Lebih dari itu akan kecenderungan timbulnya hal-hal yang negatif.

Dari hasil penelitian dapat terlihat adanya perbedaan yang cukup mencolok antara kelompok pegawai berdasarkan lama kerja terhadap kejadian keluhan nyeri punggung bawah. Dari total 44 pegawai yang memiliki lama kerja memenuhi syarat yang

ditetapkan, hanya 4 orang (9,1%) yang melaporkan mengalami keluhan nyeri punggung bawah, sedangkan sebagian besar, yaitu 40 orang (90,9%), tidak mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Sebaliknya, dari 24 pegawai yang lama kerjanya tidak memenuhi syarat, mayoritas yaitu sebanyak 22 orang (91,7%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah, sementara hanya 2 orang (8,3%) yang tidak mengalami keluhan nyeri punggung bawah.

Lama kerja pada pegawai lebih banyak tidak memenuhi syarat karena bekerja diatas 8 jam/hari. Hal tersebut dikarenakan perusahaan tersebut menerapkan sistem shift pada pegawai yang dimana sistem kerja 12 jam atau kerja shift memang sudah menjadi bagian dari kebijakan perusahaan tersebut. Salah satu faktor yang lain adalah banyak karyawan bersedia bekerja lebih dari 8 jam karena adanya insentif lembur (uang lembur), terutama dalam kondisi ekonomi yang menuntut pendapatan tambahan untuk mencukupi kebutuhan hidup.

Temuan ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara lama kerja yang tidak sesuai dengan prinsip ergonomi dan peningkatan prevalensi keluhan nyeri punggung bawah. Lama kerja yang melebihi batas toleransi tubuh tanpa diimbangi dengan istirahat yang cukup dapat menimbulkan kelelahan otot, terutama pada otot-otot postural di daerah lumbal. Selain itu, tingginya persentase keluhan pada kelompok yang bekerja melebihi durasi

kerja yang disarankan juga sejalan dengan literatur sebelumnya yang menyatakan bahwa beban kerja statis dan repetitif dalam waktu lama merupakan faktor risiko utama dalam kejadian gangguan muskuloskeletal (*Musculoskeletal Disorders/MSDs*). Kondisi ini dapat diperparah oleh postur kerja yang tidak ergonomis, kurangnya variasi gerakan, serta tidak adanya rotasi tugas yang dapat mengurangi ketegangan pada satu kelompok otot secara terus-menerus.

Jika ditinjau dari persebaran jawaban responden terhadap indikator-indikator gejala nyeri punggung bawah, terlihat bahwa pertanyaan dengan frekuensi jawaban “ya” tertinggi adalah “Apakah nyeri punggung bawah yang Anda rasakan sembuh pada saat beristirahat?”, dengan 51 responden (75,0%) menjawab “ya”. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden mengalami nyeri yang bersifat sementara dan dapat mereda dengan istirahat, yang mengarah pada klasifikasi non-spesifik low back pain (NSLBP), yaitu jenis nyeri punggung bawah yang tidak terkait dengan kondisi patologis berat dan umumnya berhubungan dengan aktivitas atau postur kerja.

Sebaliknya, tidak ada responden yang menjawab “ya” pada pertanyaan “Apakah Anda merasakan baal (mati rasa) dari punggung bawah sampai tungkai kaki?”, atau sebanyak 0 responden (0%). Bahkan, semua responden (100%) menjawab

“tidak” untuk pertanyaan tersebut, menunjukkan bahwa keluhan yang bersifat neurologis, seperti mati rasa atau gejala radikuler, tidak ditemukan dalam populasi ini. Temuan ini memperkuat dugaan bahwa nyeri punggung bawah yang dialami oleh para pegawai bersifat muskuloskeletal fungsional, bukan akibat dari kondisi saraf terjepit atau gangguan neurologis lainnya.

Sementara itu, pertanyaan tentang nyeri yang sembuh saat istirahat juga menjadi indikator dengan frekuensi jawaban “tidak” paling rendah, yakni hanya 17 responden (25,0%). Ini semakin memperkuat bahwa sebagian besar responden mengalami nyeri yang dapat membaik secara spontan tanpa intervensi medis, selama diberikan waktu istirahat atau pengurangan aktivitas fisik.

Secara keseluruhan, temuan dalam penelitian ini memberikan gambaran bahwa lama kerja memiliki peran penting terhadap risiko nyeri punggung bawah, dan bahwa sebagian besar kasus yang terjadi termasuk dalam kategori keluhan ringan hingga sedang yang bersifat reversibel. Oleh karena itu, intervensi yang bersifat preventif seperti edukasi ergonomi kerja, pemberian waktu istirahat yang cukup, serta rotasi tugas, dapat menjadi strategi yang efektif dalam menurunkan insiden nyeri punggung bawah di lingkungan kerja.

Oleh karena itu, penting untuk meninjau ulang kebijakan terkait pengaturan waktu kerja dan implementasi prinsip ergonomi

dalam lingkungan kerja. Intervensi yang dapat dilakukan mencakup penyesuaian durasi kerja sesuai kapasitas fisik individu, penyediaan waktu istirahat yang adekuat, serta edukasi tentang pentingnya ergonomi untuk mencegah cedera akibat kerja. Dengan demikian, upaya preventif tersebut diharapkan mampu menurunkan angka kejadian nyeri punggung bawah dan meningkatkan produktivitas serta kualitas hidup pegawai.

Berdasarkan hasil analisis data dari penelitian ini, $p=0,000 < \alpha=0,05$ maka (H_0) ditolak dan (H_a) diterima. Artinya ada hubungan yang bermakna antara lama kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah (*low back pain*) pada pegawai *building management* Menara Bosowa Group Kota Makassar.

Lama kerja memiliki hubungan dengan keluhan nyeri punggung bawah (*low back pain*) karena pegawai dengan lama kerja dengan kategori tidak memenuhi syarat banyak merasakan nyeri punggung bawah daripada pekerja dengan lama kerja dengan kategori memenuhi syarat.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Br Silitonga & Utami, 2021) pada variabel lama kerja didapatkan hasil analisis statistik yang menunjukkan bahwa menolak H_0 yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara lama kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah (*low back pain*) pada nelayan di Kelurahan Belawan II dengan nilai $p=0,032$ ($p<0,05$)

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (Indrawati et al., 2024) berdasarkan analisis chi-square didapatkan bahwa $p\text{-value}=0,327$ sehingga tidak terdapat hubungan lama kerja dengan *Low Back Pain* (LBP) pada pekerja Proyek Pembangunan Kantor Walikota Kendari Tahun 2022.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian (Tonda et al., 2025) Hubungan antara Lama Kerja dengan keluhan *Low Back Pain* (LBP) menunjukkan nilai yang signifikan sebesar 0,479, oleh karena nilai signifikan di peroleh $< 0,05$, sehingga berdasarkan hasil uji Chi-Square tidak terdapat hubungan antara lama kerja dan keluhan low back pain pada pekerja buruh Pelabuhan Nusantara Kendari tahun 2024.

b. Hubungan Beban Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Beban kerja adalah Merupakan beban aktivitas fisik, mental, sosial yang diterima oleh seseorang yang harus diselesaikan dalam waktu tertentu, sesuai dengan kemampuan fisik, maupun keterbatasan pekerja yang menerima beban tersebut.

Beban kerja adalah setiap pekerjaan yang membutuhkan kekuatan otot maupun pemikiran dari pelakunya. Beban kerja yang diberikan pada pekerja harus disesuaikan dengan kemampuan fisik maupun psikis pekerjaannya sehingga tidak dapat mempengaruhi kondisi kesehatan pekerja tersebut. Sebagai upaya untuk mengurangi beban kerja para pekerja dapat dilakukan dengan

merencanakan dan/atau mendesain sebuah alat yang dapat meminimalisir keluhan akibat beban kerja yang tidak sesuai.

Dari hasil penelitian ini terlihat bahwa terdapat kecenderungan peningkatan prevalensi keluhan nyeri punggung bawah seiring dengan meningkatnya tingkat beban kerja. Pada kelompok pegawai dengan beban kerja agak berat, sebanyak 9 dari 14 orang (64,3%) mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Pada kelompok dengan beban kerja sedang, 6 dari 15 orang (40,0%) mengalami keluhan yang sama. Sementara itu, pada kelompok dengan beban kerja ringan, 11 dari 39 orang (28,2%) melaporkan mengalami nyeri punggung bawah.

Meskipun data deskriptif menunjukkan adanya pola peningkatan prevalensi keluhan nyeri punggung bawah seiring meningkatnya beban kerja, hasil uji statistik menggunakan uji Chi-Square menunjukkan nilai $p = 0,058$, yang lebih besar dari tingkat signifikansi ($\alpha = 0,05$). Oleh karena itu, hipotesis nol (H_0) diterima, yang berarti bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara beban kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada pegawai *Building Management* Menara Bosowa Group Kota Makassar. Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun terdapat perbedaan proporsi keluhan pada masing-masing tingkat beban kerja, perbedaan tersebut belum cukup kuat untuk dikatakan signifikan secara statistik.

Jika ditinjau dari persebaran jawaban responden terhadap indikator-indikator gejala nyeri punggung bawah memperlihatkan bahwa sebagian besar responden menyatakan bahwa nyeri punggung bawah yang mereka alami dapat sembuh saat beristirahat. Hal ini dibuktikan dengan tingginya jumlah jawaban “ya” pada pertanyaan “Apakah nyeri punggung bawah yang Anda rasakan sembuh pada saat beristirahat?”, yaitu sebanyak 51 responden (75,0%). Ini menunjukkan bahwa nyeri punggung bawah yang dialami oleh sebagian besar responden bersifat non-patologis dan dapat pulih dengan istirahat, mengindikasikan bahwa keluhan tersebut kemungkinan besar disebabkan oleh kelelahan otot atau postur kerja yang kurang ergonomis.

Sebaliknya, tidak terdapat responden yang menjawab “ya” pada pertanyaan “Apakah Anda merasakan baal (mati rasa) dari punggung bawah sampai tungkai kaki?”, yang berarti seluruh responden (100%) menyatakan tidak mengalami gejala tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa keluhan nyeri punggung bawah yang dialami oleh pegawai tidak bersifat neurologis atau tidak melibatkan gangguan pada saraf spinal, seperti pada kasus lumbal herniated disc.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara beban kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada pegawai *building management* Menara Bosowa Group Kota

Makassar ($p = 0,058$). Temuan ini menegaskan pentingnya evaluasi terhadap beban kerja pegawai sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif dalam mencegah gangguan muskuloskeletal. Strategi intervensi yang dapat diterapkan antara lain adalah perbaikan desain pekerjaan, penerapan prinsip-prinsip ergonomi, pelatihan tentang postur kerja yang benar, serta pengaturan beban kerja agar sesuai dengan kapasitas individu. Dengan demikian, risiko nyeri punggung bawah akibat beban kerja yang berlebihan dapat diminimalisir, sehingga kesejahteraan dan produktivitas pegawai dapat tetap terjaga.

Dari penelitian ini pada variabel beban kerja tidak terdapat hubungan dengan keluhan nyeri punggung bawah dikarenakan pegawai yang bekerja merasakan aktivitas pekerjaan yang diberikan oleh atasan mereka tidak berlebihan dan sesuai dengan porsi tugas yang telah diberikan. Oleh karena itu aktivitas fisik yang dilakukan pada pekerjaan pegawai tidak terlalu berat, sehingga mereka hanya merasakan beban kerja yang termasuk beban kerja ringan.

Dengan demikian, walaupun beban kerja tidak menunjukkan hubungan yang signifikan terhadap keluhan nyeri punggung bawah secara statistik, persebaran gejala yang dilaporkan responden menunjukkan bahwa sebagian besar kasus nyeri yang terjadi bersifat ringan, sementara, dan dapat membaik dengan istirahat.

Hal ini tetap menjadi perhatian penting dalam upaya peningkatan kesehatan kerja, karena beban kerja yang tidak dikelola dengan baik dalam jangka panjang berpotensi menjadi faktor risiko kumulatif bagi gangguan muskuloskeletal.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Ramadhani Nur, 2025) berdasarkan hasil bivariat beban kerja tertinggi didapatkan sikap kerja rendah sebanyak 29 orang (58%) sedangkan hasil univariat menggunakan chi-square diperoleh hasil $p\text{-value } 0,777 < 0,05$, artinya H_0 diterima H_a ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara beban kerja dengan keluhan Musculoskeletal Disorders pada penyiraman dan pemupukan petani bawang merah di Desa Banaran Kulon Kecamatan Bagor Kabupaten Nganjuk.

Penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian (Aisah et al., 2024) berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap 70 responden terhadap hubungan beban kerja dengan keluhan Nyeri Punggung Bawah diperoleh hasil sebanyak 18 responden tergolong dalam beban kerja ringan, 35 responden dengan beban kerja berat dan 17 responden dengan beban kerja berat. Diantara beban kerja terdapat dua jenis keluhan yakni keluhan berat dan ringan. Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan chi-square diperoleh nilai $p = 0,007$. Karena nilai $p < 0,05$ mana H_a diterima dan H_0 ditolak dapat diartikan bahwa ada

hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada pekerja produksi sarabba bubuk instan di Desa Rossoan Kabupaten Enrekang.

c. Hubungan Sikap Kerja dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah

Sikap kerja adalah posisi kerja seseorang dalam melakukan aktivitasnya. Sikap kerja yang sering dilakukan oleh manusia dalam melakukan pekerjaan antara lain berdiri, duduk, membungkuk, jongkok, berjalan, dan lain lain. Sikap kerja ini dilakukan tergantung dari kondisi dari sistem kerja yang ada. Sikap kerja yang tidak ergonomis dapat menjadi beban tambahan bagi pekerja yang dapat mengakibatkan timbulnya kelelahan. Kelelahan kerja pada lingkungan kerja merupakan salah satu penyebab penyakit akibat kerja yang dapat mempengaruhi kesehatan pekerja.

Dari hasil penelitian ini, dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan dalam prevalensi keluhan nyeri punggung bawah antara pegawai dengan sikap kerja ergonomis dan tidak ergonomis. Dari 51 pegawai yang menunjukkan sikap kerja ergonomis, hanya 9 orang (17,6%) yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah, sementara mayoritas, yaitu 42 orang (82,4%), tidak mengalami keluhan tersebut. Sebaliknya, seluruh pegawai yang memiliki sikap kerja tidak ergonomis, yaitu sebanyak 17 orang (100%), mengalami keluhan nyeri punggung bawah. Tidak

terdapat satupun pegawai dalam kelompok ini yang tidak mengalami keluhan.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara sikap kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada pegawai *building management* Menara Bosowa Group Kota Makassar ($p = 0,000$). Hasil ini memperkuat hipotesis bahwa sikap kerja yang tidak ergonomis merupakan faktor risiko utama terhadap terjadinya gangguan muskuloskeletal, khususnya pada daerah punggung bawah.

Hasil ini juga diperkuat oleh data pada Tabel 5.8, yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden menyatakan bahwa nyeri punggung bawah yang mereka alami membaik setelah beristirahat. Hal ini ditunjukkan melalui jawaban “ya” pada pertanyaan “Apakah nyeri punggung bawah yang Anda rasakan sembuh pada saat beristirahat?” sebanyak 51 responden (75,0%). Sementara itu, tidak ada responden yang menyatakan mengalami gejala baal (mati rasa) dari punggung bawah sampai ke tungkai kaki, dengan seluruh responden (100%) menjawab “tidak” pada pertanyaan tersebut. Temuan ini menunjukkan bahwa keluhan nyeri punggung bawah yang dialami bersifat fungsional dan reversible, serta tidak disertai gejala neurologis seperti pada kondisi lumbal radikulopati atau herniasi diskus.

Frekuensi jawaban “tidak” paling sedikit ditemukan pada pertanyaan tentang nyeri yang sembuh saat beristirahat (17 responden atau 25,0%), yang semakin menegaskan bahwa sebagian besar keluhan tergolong ringan hingga sedang dan dapat diatasi tanpa intervensi medis, asalkan diberikan waktu istirahat dan perbaikan sikap kerja. Hal ini semakin menggarisbawahi pentingnya praktik kerja ergonomis di lingkungan kerja.

Sikap kerja yang tidak sesuai dengan prinsip ergonomi, seperti membungkuk berlebihan, duduk dalam waktu lama dengan postur statis, atau mengangkat beban dengan teknik yang salah, dapat menyebabkan peningkatan beban mekanis pada struktur tulang belakang. Tekanan berulang pada jaringan lunak di area lumbal, terutama ketika disertai dengan torsi atau fleksi tulang belakang yang tidak ideal, berpotensi menimbulkan cedera jaringan, ketegangan otot, serta inflamasi lokal yang dapat memicu timbulnya nyeri.

Sikap kerja pada pegawai lebih banyak tidak ergonomi karena kebanyakan pegawai melakukan pekerjaannya dengan postur tubuh yang salah. Hal tersebut dikarenakan Banyak pegawai tidak memahami posisi kerja yang benar atau tidak mengetahui dampak jangka panjang dari sikap kerja yang salah. Tanpa pelatihan ergonomi, mereka cenderung mengabaikan prinsip-prinsip postur tubuh yang aman. Contohnya pada saat membungkuk saat

mengangkat barang karena tidak tahu bahwa harus menekuk lutut, bukan pinggang. Selain itu karena kebiasaan yang terbentuk dari awal bekerja, dan sulit diubah tanpa intervensi. Mereka merasa "sudah biasa" melakukannya seperti itu tanpa merasakan dampak langsung.

Dari sudut pandang ergonomi, postur kerja yang baik bertujuan untuk mempertahankan posisi netral tubuh, meminimalkan tekanan pada sendi, dan mendistribusikan beban secara merata. Ketika postur kerja tidak memenuhi kriteria tersebut, maka beban yang diterima tubuh menjadi tidak seimbang, sehingga memperbesar risiko kumulatif terhadap cedera muskuloskeletal. Studi sebelumnya juga menunjukkan bahwa sikap kerja yang buruk secara konsisten berhubungan dengan peningkatan prevalensi low back pain (LBP), terutama pada kelompok pekerja yang menjalani aktivitas repetitif atau mempertahankan posisi tidak netral dalam durasi lama.

Dengan demikian, temuan ini menegaskan pentingnya intervensi ergonomis dalam lingkungan kerja sebagai langkah preventif dalam mengurangi kejadian nyeri punggung bawah. Intervensi tersebut dapat mencakup pelatihan mengenai postur kerja yang benar, penyesuaian peralatan kerja agar sesuai dengan tinggi dan posisi tubuh pekerja, serta pengawasan berkala terhadap penerapan ergonomi di tempat kerja. Implementasi strategi

ergonomi yang efektif diyakini dapat meningkatkan kenyamanan kerja, mengurangi kelelahan otot, dan pada akhirnya menurunkan angka kejadian gangguan muskuloskeletal di kalangan pegawai.

Penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian (Indrawati et al., 2024) Berdasarkan analisis chi-square didapatkan bahwa $p\text{-value}=0,851$, sehingga tidak terdapat hubungan sikap kerja dengan Low Back Pain (LBP) pada pekerja Proyek Pembangunan Kantor Walikota Kendari Tahun 2022.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Amalo & Lestari, 2022) dari 104 petani di Kota dan Kabupaten Kupang, terdapat 61 (58.7%) petani memiliki sikap kerja risiko tinggi, dan terdapat 43 (41.3%) petani yang memiliki sikap kerja risiko sedang. Petani yang mengalami keluhan nyeri punggung bawah adalah sebanyak 79 (76%) orang, dan sebanyak 25 (24%) petani tidak mengeluhkan nyeri punggung bawah. Berdasarkan uji analisis bivariat dengan menggunakan chi-square, didapatkan adanya hubungan yang bermakna antara sikap kerja dengan timbulnya keluhan nyeri punggung bawah (NPB) pada petani di Wilayah Kota dan Kabupaten Kupang dengan nilai $p\text{-value} = 0,030$.