



PREVALENSI GANGGUAN TIDUR PADA PEMBATIK DENGAN NYERI PUNGGUNG BAWAH DI LENDAH, KULON PROGO

Keisha Athiyyawara Lyubiana

INTISARI

Latar Belakang: Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan salah satu daerah penghasil batik di Indonesia, salah satunya di Lendah, Kulon Progo di mana industri batik juga sebagai pemasukan utama masyarakatnya. Selama proses produksi, pembatik melakukan gerakan repetitif dengan posisi yang tidak ergonomis selama empat hingga delapan jam per hari. Hal ini membuat mereka berisiko menderita berbagai gangguan neuromuskuloskeletal. Di Lendah, ditemukan 70,4% pembatik menderita nyeri punggung bawah. Salah satu konsekuensi dari nyeri punggung bawah adalah munculnya gangguan tidur, dengan prevalensi gangguan tidur pada penderita nyeri punggung bawah sebesar 58.7%. Hal ini sangat merugikan bagi seorang pembatik karena gangguan tidur dapat menyebabkan penurunan kehadiran kerja dan peningkatan penggunaan layanan kesehatan dan risiko kecelakaan. Ini dapat menurunkan produktivitas dan bahkan kualitas hidup pembatik secara signifikan. Maka dari itu, penting dilakukan penelitian untuk mengetahui prevalensi gangguan tidur pada pembatik dengan nyeri punggung bawah di Lendah, Kulon Progo.

Tujuan: Mengetahui prevalensi penderita gangguan tidur pada pembatik dengan nyeri punggung bawah yang berada di Lendah, Kulon Progo.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode potong lintang dan dilakukan di sentra batik di Lendah, Kulon Progo. Untuk menghitung jumlah sampel, digunakan metode purposive sampling dengan rumus perhitungan besaran sampel untuk populasi terjangkau. Jumlah subjek penelitian yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi adalah 26 orang. Penelitian ini menggunakan kuesioner Indeks Severitas Insomnia versi Indonesia untuk menentukan subjek menderita gangguan tidur atau tidak.

Hasil: Pada populasi subjek penelitian, ditemukan bahwa 5 dari total 26 orang subjek (19,2%) menderita gangguan tidur. Gangguan tidur paling banyak ditemukan pada pembatik perempuan, rentang usia 25-34 tahun, telah bekerja selama kurang dari 6 tahun, bekerja di bagian cap, dan bekerja dengan durasi kurang dari 8 jam per hari.

Simpulan: Prevalensi gangguan tidur pada pembatik dengan nyeri punggung bawah di Lendah, Kulon Progo adalah 19,2%.

Kata Kunci: prevalensi, gangguan tidur, nyeri punggung bawah, pembatik, Kulon Progo



PREVALENCE OF SLEEP PROBLEMS IN BATIK WORKERS WITH LOW BACK PAIN IN LENDAH, KULON PROGO

Keisha Athiyyawara Lyubiana

ABSTRACT

Background: Special Region of Yogyakarta is one of Indonesia's batik producer regions, one of which is located in Lendah, Kulon Progo where the batik industry is the main source of income for its people. Throughout the process of batik production, batik workers have to do repetitive movements in positions that are not ergonomic for four to eight hours a day. This puts them at risk of suffering from various neuromusculoskeletal problems. In Lendah, 70,4% of its batik workers suffer from low back pain. One of the consequences of low back pain is sleep problems, with 58,7% of people suffering from low back pain also have sleep problems. This is harmful to batik workers as sleep problems can result in decreasing work attendance and increasing use of healthcare service and risk of accidents. This can lower productivity and even the quality of life of batik workers significantly. Therefore, it is important to do a research to know the prevalence of sleep problems in batik workers with low back pain in Lendah, Kulon Progo.

Objective: To know the prevalence of sleep problems in batik workers with low back pain in Lendah, Kulon Progo.

Method: This research uses cross-sectional method and is done in batik producing centers in Lendah, Kulon Progo. To calculate the sample size, purposive sampling method with formula for sample size based on reachable population is used. The number of research subjects that fulfill the inclusion and exclusion criteria are 26 people. This research uses the Indonesian version of Insomnia Severity Index to determine whether a research subject suffers sleep problems or not.

Result: The result of this research shows that 5 out of 26 subjects (19,2%) suffer from sleep problems. The majority of batik workers who suffer from sleep problems are female, in the age of 25-34 years old, have worked for less than 6 years, work in the stamping section, and work for less than 8 hours a day.

Conclusion: The prevalence of sleep problems in batik workers with low back pain in Lendah, Kulon Progo is 19,2%.

Keywords: prevalence, sleep problem, low back pain, batik worker, Kulon Progo