



**HUBUNGAN MENGANGKAT BEBAN DAN FREKUENSI  
ANGKAT DENGAN KELUHAN NYERI PUNGGUNG  
PADA PEKERJA PENGANGKUT BUAH  
DI PASAR JOHAR SEMARANG**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh  
gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat

Oleh :

Rista Indriyani  
NIM. 6450404006

PERPUSTAKAAN  
**UNNES**

**JURUSAN ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2010**

## ABSTRAK

Rista Indriyani, 2009, **Hubungan Mengangkat Beban dan Frekuensi Angkat dengan Keluhan Nyeri Punggung pada Pekerja Pengangkut Buah di Pasar Johar Semarang**, Skripsi, Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang. Pembimbing : I. Drs. Herry Koesyanto, M.S; Pembimbing : II. Drs. Bambang Wahyono, M.Kes.

**Kata Kunci:** Beban Angkat, Frekuensi Angkat, Keluhan Nyeri Punggung

Lokasi penelitian di daerah Pasar Johar Semarang merupakan pusat perdagangan dari berbagai komoditi yang dibutuhkan masyarakat. Pada buruh angkut di pasar Johar bagian buah tersebut terdapat 33 Orang pekerja, yang rata-rata mengangkat beban antara 30-80 kg sekali angkat. Permasalahan yang dikaji dalam penelitian ini adalah adakah hubungan antara beban angkat dan frekuensi angkat dengan keluhan nyeri punggung pada buruh angkut buah di Pasar Johar Semarang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan mengangkat beban dan frekuensi angkat dengan keluhan nyeri punggung pada pekerja pengangkut buah di Pasar Johar Semarang.

Jenis penelitian ini adalah *Explanatory Reseach* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian sebanyak 33 orang. Cara memilih sampel yang digunakan adalah *total sampling*. Teknik memilih data digunakan kuesioner dan observasi.

Hasil penelitian digunakan uji *Chi-Square* menunjukkan adanya hubungan antara berat angkat dengan keluhan nyeri punggung pada buruh angkut dengan nilai  $p$  value  $0.027 < 0,05$  yang berarti bahwa ada hubungan yang nyata antara beban angkat dengan keluhan nyeri punggung. Hasil analisis ini juga menunjukkan bahwa beban angkat semakin tinggi menyebabkan tingkat keluhan nyeri punggung. Selain itu hubungan antara frekuensi angkat dengan keluhan nyeri punggung pada buruh angkut dengan nilai  $p$  value  $0,001 < 0,05$  yang berarti bahwa ada hubungan yang nyata antara frekuensi angkat dengan keluhan nyeri punggung. Hasil analisis ini juga menunjukkan bahwa frekuensi angkat semakin tinggi menyebabkan tingkat keluhan nyeri punggung.

Simpulan penelitian ini adalah ada hubungan antara berat dan frekuensi angkat terhadap nyeri punggung pada pekerja buruh angkut buah di pasar Johar Semarang. Saran yang dianjurkan untuk pekerja buruh angkut buah hendaknya untuk tidak memaksakan diri untuk mengangkat beban yang berat melebihi batas kemampuannya, dan hendaknya menyediakan waktu untuk beristirahat di sela-sela jam kerja sehingga pekerjaan monoton yang dikerjakan tidak berdampak pada penurunan produktivitas pekerja. Untuk peneliti lain agar dapat diteliti lebih lanjut tentang keluhan nyeri punggung pada buruh angkut di Pasar Johar Semarang bagian buah selain faktor beban angkat dan frekuensi angkat.

## **ABSTRACT**

Rista Indriyani. 2009. **The Relationship Between Lifting the Loads and the Complaint of Painful Back Lifting Frequency of the lifting worker a in Johar Market Semarang. Final Project Society Healty Science.** Faculty of Sport Science. Semarang State University. First Advistor: Drs. Herry Koesyanto, M.S; Second Advisor : Drs. Bambang Wahyono, M.Kes.

**Keywords:** Load Lifting, Lifting Frequency, Back Painful Complaint

The research location is in the Johar market area which is the trade center of various commodity that is needed by the society. there are 33 lifting workers in Johar market in the fruit area, most of them lifting the loads about 30-80kgs in one lift. The research problem is is there any relationship between lifting the loads and the painful back lifting complaint in the fruit lifting workers in the Johar market Semarang. The objectives of this research is to know the relationship between lifting the loads and the frequency of painful back lifting complaint in the fruit lifting workers in Johar market Semarang.

This research uses the cross sectional approach. The population in this research is 33 people. This research use the total sampling as the way to take the sample and questioner and observation in taking the sample.

The result of this research using the Chi-Square, it shows the relationship between lifting the loads and the painful back lifting complaint in the fruit lifting workers with the value of  $p$  value  $0.027 < 0.05$  that means there is a real relationship between lifting the loads and the painful back lifting complaint. This analysis also shows that the higher lifting loads will cause the back lifting complaint. Beside, the relationship between lifting the loads and the painful back lifting complaint with the value  $p$  value  $0.001 < 0.05$  that means there is a real relationship relationship between lifting the loads and the painful back lifting complaint. This analysis also shows that the higher lifting frequency cause painful back lifting complaint.

The conclusion in this research is there is a relationship between lifting the loads and the frequency of painful back lifting complaint in the fruit lifting workers in Johar market Semarang. The suggestion in this research is, for the fruit lifting workers, it is better not to press their body to lift the heavy loads more than usual and it is better to take arrest for a while so that the monotone works that they do not impact their productivity. For the next researcher who wants to analyze further about this topic, it is better to understand and analyze deeply about the painful back lifting complaint in the fruit lifting workers in Johar market Semarang, besides the factor and lifting frequency.