

PENGARUH BEBAN KERJA, SIKAP KERJA, DAN KELUHAN *LOWBACK PAIN* TERHADAP PRODUKTIVITAS KINERJA KARYAWAN PT. WASKITA KARYA

Daud Harahap, Iman Basriman, Sugiarto Sugiarto, Tatan Sukwika
Program Studi Magister Manajemen Sekolah Pascasarjana Universitas Sahid Jakarta,
Indonesia
Email: daudharap14@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh beban kerja dan sikap kerja dengan keluhan low back pain terhadap produktivitas kinerja karyawan PT. Waskita Karya (Persero) Tbk Proyek Revetment Retaining Wall Dumping 2 Benoa Denpasar – Bali. Penelitian ini menggunakan metode cross sectional dan merupakan penelitian komparatif kausal. Sumber data pada penelitian ini adalah data primer dan data sekunder. yang menjadi populasi sebanyak 281 karyawan di PT.Waskita Karya (Persero) Tbk Proyek Revetment Retaining Wall Dumping 2 Pelabuhan Benoa. Sampel penelitian ini ditentukan dengan rumus Slovin, didapatkan 74 responden untuk ukuran sampel. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan stratified random sampling disproportionate. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, kuisioner dan studi pustaka. Metode analisis data menggunakan *Structural Equation Modeling* (SEM) dengan bantuan perangkat lunak Smart PLS (Partial Least Square). Berdasarkan analisis dapat didapatkan bahwa (1) terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dan sikap kerja terhadap keluhan LBP karyawan PT Waskita. Beban kerja yang berlebihan dapat menyebabkan tekanan fisik pada tubuh karyawan, terutama pada punggung bagian bawah.

Keywords: Beban Kerja, Sikap Kerja, Low Back Pain, Produktivitas Kinerja Karyawan

ABSTRACT

This study aims to analyze the effect of workload and work attitude with low back pain complaints on employee performance productivity of PT Waskita Karya (Persero) Tbk Revetment Retaining Wall Dumping 2 Benoa Project Denpasar - Bali. This research uses cross sectional method and is a causal comparative research. The data sources in this study are primary data and secondary data. which became a population of 281 employees at PT.Waskita Karya (Persero) Tbk Revetment Retaining Wall Dumping 2 Project Benoa Port. The sample of this study was determined by the Slovin formula, 74 respondents were obtained for the sample size. Sampling this study using stratified random sampling disproportionate. The data collection techniques used were observation, questionnaires and literature studies. The data analysis method uses Structural Equation Modeling (SEM) with the help of Smart PLS (Partial Least Square) software. Based on the analysis, it can be found that (1) there is a significant relationship between workload and work attitude towards LBP complaints of PT Waskita employees. Excessive workload can cause physical stress on the employee's body, especially on the lower back.

Keywords: *Workload, Work Attitude, Low Back Pain, Employee Performance Productivity*

PENDAHULUAN

Low back pain (LBP) mempengaruhi 2% hingga 5% pekerja di negara maju setiap tahun, dan ini menyumbang 15% dari ketidakhadiran dari pekerjaan di perdagangan dan industri baja. Menurut Wheeler (2013), berdasarkan kunjungan pasien ke dokter, prevalensi di negara industri seperti Amerika Serikat adalah 14,3%, dibandingkan dengan kisaran 15% sampai 20% dalam setahun. Setiap tahun, lebih dari 500.000 orang melaporkan mengalami nyeri punggung bawah, dan selama lima tahun, jumlah ini meningkat sebesar 59%. Dengan kriteria prevalensi 30%, tingkat prevalensi tahunan 15% sampai 45% adalah layak. Setelah dua minggu, hingga 80-90% pasien LBP mengalami pemulihan otonom. 85% dari mereka yang terkena dampak 500.000 kasus berusia antara 18 dan 56 tahun (Lestari et al., 2023).

Menurut Kementerian Kesehatan RI, di Indonesia terdapat 428.844 kasus penyakit akibat kerja. Ketulian, masalah muskuloskeletal, penyakit reproduksi, gangguan sistem saraf, gangguan mental, dan lain-lain adalah beberapa kondisi kesehatan yang perlu ditangani di kalangan pekerja selain penyakit akibat kerja (Triwati et al., 2021). *Low back pain* (LBP), suatu kondisi yang mempengaruhi hampir semua orang di dunia dan merupakan masalah kesehatan yang signifikan di seluruh dunia, khususnya di industri konstruksi, adalah penyakit yang

berhubungan dengan pekerjaan. Nyeri punggung bawah (NPB), yang merupakan ketidaknyamanan di punggung bagian bawah yang dapat berlangsung dalam jangka waktu yang bervariasi, bukanlah suatu penyakit atau kondisi (Lestari et al., 2023).

Di tempat kerja, ada tiga jenis sikap: duduk, membungkuk, dan berdiri. Jika posisi duduk salah, tulang belakang akan lebih tertekan daripada jika bekerja sambil berdiri atau berbaring. Jika pekerja tetap bekerja dengan sikap kerja berdiri, darah dan cairan tubuh lainnya akan menumpuk di kaki mereka. Hal ini akan diperparah dengan penggunaan sepatu oleh para pekerja yang tidak sesuai dengan bentuk dan ukuran kaki mereka. Dan postur kerja membungkuk dicapai dengan tidak menjaga stabilitas tubuh saat bekerja. Membungkuk di tempat kerja dapat menyebabkan masalah LBP jika dilakukan secara sering dan dalam waktu yang lama (Saputra, 2020).

Menurut penelitian I Putu Ivan Cahya (2020), sebagian besar pria yang mengalami nyeri punggung bawah berusia antara 41 dan 60 tahun. Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian lain yang mengamati 13 kota di Indonesia dan menemukan frekuensi di antara pasien antara usia 41 dan 60. dibandingkan kelompok umur lainnya (57,9%), serta berjenis kelamin laki-laki dengan persentase 62,1% dari keseluruhan penduduk. Sebuah penelitian di Jepang menemukan bahwa pria 0,95 kali lebih

mungkin menderita ketidaknyamanan punggung bawah daripada wanita. Sebagian besar pasien nyeri punggung bawah bekerja sebagai wiraswasta, sesuai dengan pekerjaannya (Lestari et al., 2023).

Perusahaan konstruksi PT. Waskita Karya (Persero) Tbk, sebuah BUMN Indonesia, didirikan sebagai "Volker Aannemings Maatshappij N.V." pada tanggal 1 Januari 1961. Nama resmi Waskita Karya diubah menjadi "Persero" PT Waskita Karya pada tahun 1973. Sejak itu, kegiatan perusahaan sebagai kontraktor umum telah berkembang, dan telah mengambil lebih banyak proyek konstruksi, termasuk untuk bangunan industri, fasilitas pengolahan limbah, bandara, jembatan, dan jalan raya. PT Waskita Karya (Persero) Tbk memiliki 5 divisi yaitu, divisi infrastruktur, Divisi Infrastruktur, Building Division, dan Overseas Division (Profil PT Waskita Karya (Persero) Tbk, 2022).

Proyek Revetment Retaining Wall Dumping 2 Pelabuhan Benoa yaitu salah satu proyek yang dimiliki oleh PT Waskita Karya (Persero) Tbk Overseas Division. Proyek Revetment Retaining Wall Dumping 2 Pelabuhan Benoa terletak dipelabuhan Benoa Kota Denpasar. Dumping 2 Pelabuhan benoa merupakan lahan dari reklamasi yang dilakukan oleh PT Pelabuhan Indonesia III pada tahun 2014 dengan luas ±45 Hektare.

PT Waskita Karya (Persero) Tbk adalah pemenang tender dalam mengerjakan pengembangan Dumping 2 Pelabuhan Benoa meliputi diantaranya :

1. Pekerjaan galian dan timbunan
2. Pekerjaan pemancangan Pancang Steal Pipe Sheet Pile (SPSP), dan Pemancangan CSP (*Conriate Spun Pile*)
3. Pekerjaan dermaga
4. Pekerjaan Mekanikal dan Elektrical

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan jam kerja dalam bekerja setiap hari disebut 7 jam kerja normal, jam kerja yang melebihi batas waktu tersebut dapat mencapai 14 jam per hari pada proyek Revetment Retaining Wall Dumping 2 Pelabuhan Benoa tergantung dari deadline waktu pengerjaan. pekerjaan yang sedang dilakukan. Porsi pekerjaan yang melampaui jam kerja biasa antara bagian *Engineering* dan *Operational*. Beban kerja yang berat setiap hari menimbulkan keluhan ringan seperti nyeri punggung, nyeri leher, dan cepat lelah yang dapat menyebabkan *Low Back Pain* pada sebagian karyawan sehingga mempengaruhi produktivitas dan kinerja dalam menjalankan tugasnya. Mengingat apa yang telah dibahas, judul akan digunakan dalam penelitian **“Pengaruh Beban Kerja, Sikap Kerja Dan Keluhan *Low Back Pain* Terhadap Produktivitas Kinerja Karyawan PT. Waskita Karya”**.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode cross sectional dan merupakan penelitian komparatif kausal. Survei cross-sectional digunakan dalam jenis studi analitik deskriptif ini untuk mengidentifikasi situasi atau skenario tertentu, di mana

faktor risiko, konsekuensi, atau peristiwa yang terjadi dalam topik penelitian dinilai atau dikumpulkan secara bersamaan (Artadana et al., 2019). Penelitian ini digunakan empat variabel yaitu variabel independent beban kerja dan sikap kerja, sedangkan variabel dependent yaitu produktivitas kinerja karyawan, dan keluhan low back pain (LBP) sebagai variabel intervening.

Populasi terdiri dari semua anggota kelompok yang jelas, apakah itu sekelompok orang, benda, atau peristiwa (Harlan & Sutjiati, 2018) dalam (Irsadioni, 2021). Berdasarkan pendapat tersebut, maka yang menjadi populasi sebanyak 281 karyawan di PT.Waskita Karya (Persero) Tbk Proyek Revetment Retaining Wall Dumping 2 Pelabuhan Benoa yang berjumlah sebanyak 281 orang.

Sampel penelitian ini ditentukan dengan rumus Slovin dan batas tingkat eror 10% seperti berikut (Safira dan Nurdiawati, 2020).

$$n = \frac{N}{1 + (N \times e^2)}$$

Dimana:

n : Jumlah sampel

N : Jumlah populasi

e : Batas toleransi error

Uji Koefisien Determinasi/*R Square* (R^2)

Nilai koefisien determinasi atau *R-square* pada model struktural digunakan untuk mengukur pengaruh antar konstruk dalam model. Nilai ini telah dihasilkan

maka, banyaknya sampel yang dibutuhkan yaitu:

$$n = \frac{281}{1 + (281 \times 0,1^2)}$$

$$n = 73,75 = 74 \text{ orang karyawan}$$

Menurut rumus di atas, diperlukan 74 responden untuk ukuran sampel. Karena pemilihan sampel didasarkan pada anggapan bahwa anggota populasi tidak proporsional, maka pengambilan sampel penelitian ini menggunakan stratified random sampling disproportionate. Ukuran atau jumlah sebaran sampel untuk masing-masing bidang adalah sebagai berikut, dengan mempertimbangkan bahwa populasi yang diteliti bersifat heterogen (tidak sama) karena variasi jumlah karyawan dengan jabatan kerja: (Diwyartha & Sulistyawati, 2023).

Metode analisis data SmartPLS digunakan untuk mempermudah peneliti dalam pengolahan dan analisis data (Hair Jr et al., 2021). Metode analisis data ini menggunakan alat statistik dengan bantuan SmartPLS (Partial Least Square). SmartPLS ini akan menjelaskan secara terperinci mengenai metode analisis data tersebut. Smart PLS adalah software pengolahan data untuk structural equation modeling (SEM) dengan metode PLS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Melalui analisis data menggunakan SmartPLS dan disajikan dalam Tabel 1.1. Nilai *R-square* yang diperoleh dalam penelitian ini adalah:

Tabel 1. Nilai *R-Square*

Variabel	<i>R-square</i>
Keluhan <i>Low Back Pain</i>	0.368
Produktivitas Kinerja	0.341

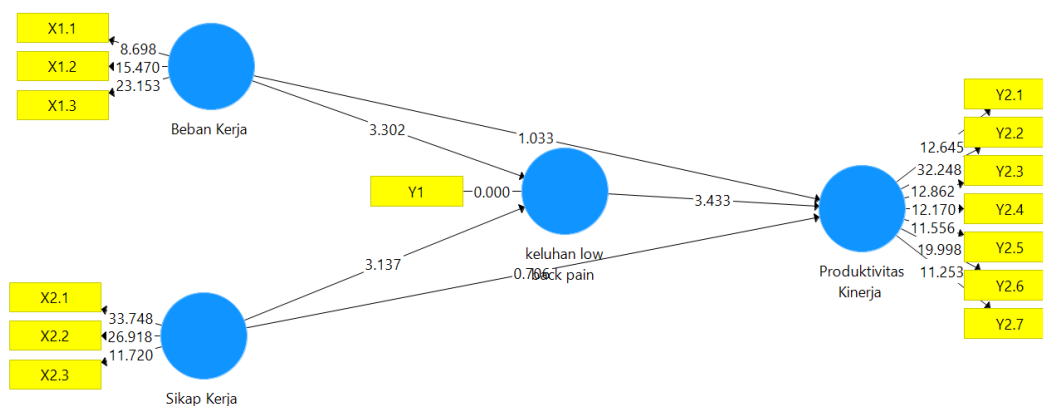
Sumber: Output Smart PLS, 2023

Nilai *R-square* untuk variabel keluhan *low back pain* adalah 0,368, yang berarti 36,8% variasi dalam intensi perubahan variabel keluhan *low back pain* dapat dijelaskan oleh variasi pada variabel beban kerja dan sikap kerja. Sementara itu, nilai *R-square* untuk variabel produktivitas kinerja adalah 0,341, yang berarti 34,1% variasi dalam produktivitas kinerja dapat dijelaskan oleh variasi pada variabel beban kerja dan sikap kerja dan keluhan *low back pain*.

Uji Hipotesis

Uji ini bertujuan untuk mengevaluasi tingkat signifikansi

koefisien jalur antara variabel menggunakan software SmartPLS 3.0. Pengujian dilakukan melalui metode *bootstrapping* untuk menghitung nilai t-statistik. Jika nilai t-value melebihi nilai *critical value*, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan. Taraf signifikansi dalam penelitian ini adalah 5% atau 0,05, dengan nilai t sebesar 1,65. Selain itu, pengujian hipotesis juga dapat dilakukan dengan melihat nilai p-values. Jika nilai p-values lebih kecil dari 0,05, maka dapat dikatakan bahwa pengaruh tersebut signifikan (Hair, 2017).



Gambar 1. Model Struktural Pengujian Hipotesis

Sumber: Output Smart PLS, 2023

Hipotesis Pertama (H1):

Berdasarkan data pada tabel 4.20, pada hipotesis 1 nilai t-statistik yang dihitung lebih besar dari nilai t tabel yang ditentukan ($3,302 > 1,66$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja terhadap keluhan LBP karyawan PT Waskita. Nilai p-value sebesar $0,001 < 0,05$ dan *original sample* $-0,348$ menunjukkan bahwa terdapat arah pengaruh yang negatif dan signifikan beban kerja terhadap keluhan LBP karyawan, sehingga **H1 diterima**.

Hipotesis Kedua (H2):

Selanjutnya, pada hipotesis 2 nilai t-statistik yang dihitung lebih besar dari nilai t tabel yang ditentukan ($3,137 > 1,66$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap kerja terhadap keluhan LBP karyawan PT Waskita. Nilai p-value sebesar $0,002 < 0,05$ dan *original sample* $0,345$ menunjukkan bahwa terdapat arah pengaruh yang negatif dan signifikan sikap kerja terhadap keluhan LBP karyawan, sehingga **H2 diterima**.

Hipotesis Ketiga (H3):

Berikutnya, pada hipotesis 3 nilai t-statistik yang dihitung lebih besar dari nilai t tabel yang ditentukan ($3,433 > 1,66$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan keluhan LBP terhadap produktivitas kinerja karyawan PT Waskita Karya. Nilai p-value sebesar

$0,000 < 0,05$ dan *original sample* $-0,443$ menunjukkan bahwa terdapat arah pengaruh yang negatif dan signifikan keluhan LBP terhadap produktivitas kinerja karyawan, sehingga **H3 diterima**.

Hipotesis Keempat (H4):

Berikutnya, pada hipotesis 4 nilai t-statistik yang dihitung lebih kecil dari nilai t tabel yang ditentukan ($1,033 < 1,66$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan beban kerja terhadap produktivitas kinerja karyawan PT Waskita Karya. Nilai p-value sebesar $0,296 > 0,05$ dan *original sample* $0,137$ menunjukkan bahwa terdapat arah pengaruh yang positif dan tidak signifikan beban kerja terhadap produktivitas kinerja karyawan, sehingga **H4 ditolak**.

Hipotesis Kelima (H5):

Terakhir, pada hipotesis 5 nilai t-statistik yang dihitung lebih kecil dari nilai t tabel yang ditentukan ($0,706 < 1,66$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan sikap kerja terhadap produktivitas kinerja karyawan PT Waskita Karya. Nilai p-value sebesar $0,463 > 0,05$ dan *original sample* $0,089$ menunjukkan bahwa terdapat arah pengaruh yang positif dan tidak signifikan sikap kerja terhadap produktivitas kinerja karyawan, sehingga **H5 ditolak**.

PEMBAHASAN

Pengaruh Beban Kerja Terhadap Keluhan *Low Back Pain*

Beban kerja didefinisikan sebagai besaran pekerjaan yang harus dilaksanakan oleh suatu jabatan/unit organisasi dan merupakan hasil kali antara volume kerja dan waktu normal dalam Permendagri No.12. Dimana suatu kondisi pekerjaan dengan uraian tugasnya yang harus diselesaikan dalam batas waktu yang telah ditentukan. Menurut ilmu ergonomi, setiap beban yang diterima oleh seseorang haruslah memadai dan seimbang dalam hubungannya dengan kapasitas fisik, kemampuan kognitif, dan batasan-batasan orang yang menerima beban tersebut.

Lingkungan kerja yang tidak ergonomis atau tidak mendukung dapat meningkatkan risiko nyeri punggung bawah. Sebagai contoh, kondisi kerja yang melibatkan posisi duduk atau berdiri yang tidak nyaman, peralatan yang tidak sesuai, atau lingkungan yang terlalu bising atau panas dapat menyebabkan stres pada otot dan struktur tulang belakang di daerah punggung bawah, yang pada akhirnya dapat menyebabkan keluhan nyeri punggung bawah. Penggunaan waktu kerja yang tidak seimbang atau berlebihan dapat mempengaruhi kesehatan punggung bagian bawah. Jika seseorang duduk atau berdiri terlalu lama tanpa istirahat yang cukup, atau jika mereka terpapar dengan terlalu banyak posisi atau gerakan yang berulang-ulang dalam jangka waktu yang lama, maka risiko terkena Nyeri Punggung Bawah dapat meningkat

Tugas-tugas yang harus diselesaikan dalam pekerjaan, terutama yang melibatkan pengangkatan beban berat, gerakan berulang, atau posisi yang tidak ergonomis, dapat menjadi faktor penyebab keluhan nyeri punggung bawah. Sebagai contoh, pekerjaan yang melibatkan pengangkatan beban berat secara rutin tanpa menggunakan alat bantu yang tepat atau teknik pengangkatan yang benar dapat meningkatkan risiko cedera pada otot dan struktur tulang belakang di daerah punggung bawah.

Hasil dan temuan penelitian ini selaras dengan penelitian Lestari, et al., (2023), dalam kajiannya terkait hubungan antara beban kerja dan postur kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah melalui pendekatan *cross sectional*. Hasilnya menjelaskan beban kerja dan postur kerja keduanya memiliki pengaruh terhadap produktivitas seseorang, dan keduanya dapat menginduksi terjadinya nyeri punggung bawah pada individu yang sama. Beban kerja dan postur kerja sama-sama memiliki pengaruh terhadap produktivitas seseorang, dan keduanya dapat menimbulkan nyeri punggung bawah pada individu yang sama.

Pengaruh Sikap Kerja Terhadap Keluhan *Low Back Pain*

Penanda sikap kerja menurut Maulana (2020) terdiri atas kognitif, evaluatif dan perilaku. Ide, persepsi, dan pendapat individu tentang pekerjaan mereka termasuk dalam komponen kognitif. Individu yang memiliki sikap kerja yang buruk dalam hal beban kerja, tekanan, atau ketidakpuasan terhadap

tugas-tugas yang harus diselesaikan dapat mengalami stres dan ketegangan mental, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan fisiknya, termasuk kemungkinan timbulnya keluhan nyeri punggung bawah.

Penilaian dan sikap individu tentang pekerjaan mereka secara keseluruhan termasuk dalam komponen evaluatif. Motivasi, kebahagiaan, dan kesejahteraan individu secara umum dapat terganggu jika mereka memiliki sikap kerja yang buruk dan tidak puas dengan pekerjaan mereka, kurangnya dukungan dari atasan atau rekan kerja, atau kurangnya insentif yang sesuai. Sikap kerja yang negatif seperti ini dapat menyebabkan peningkatan stres dan ketegangan, yang dapat menyebabkan masalah nyeri punggung bawah.

Perilaku atau reaksi individu terhadap pekerjaan mereka termasuk dalam komponen perilaku. Individu yang memiliki sikap kerja yang kurang baik dan menunjukkan perilaku yang tidak sehat atau berisiko, seperti kurangnya latihan fisik, postur kerja yang buruk, atau kegagalan dalam menggunakan peralatan bantu yang sesuai, lebih mungkin mengembangkan keluhan nyeri punggung bawah. Kurangnya perhatian terhadap kesehatan dan keselamatan di tempat kerja dapat menambah beban pada otot dan struktur tulang belakang di punggung bagian bawah.

Hasil temuan ini selaras dengan kajian Saputra (2020), dalam kajiannya terkait pengaruh sikap kerja, masa kerja, dan umur terhadap keluhan *low back pain*

pada pengrajin batik dengan pendekatan *cross sectional*. Hasilnya menjelaskan bahwa terdapat hubungan sikap kerja dengan keluhan *Low Back Pain* (LBP). Kajian lainnya yang mendukung adalah hasil penelitian berkaitan dengan hubungan kerja massal dan sikap kerja dengan timbulnya LBP pada penenun di "Pandai Sikek" Siti Munawarah dan Riri Segita (2021). Studi tersebut memiliki prevalensi yang signifikan terhadap nyeri punggung bawah, yang telah dikaitkan dengan pekerjaan massal dan sikap kerja.

Pengaruh Keluhan *Low Back Pain* Terhadap Produktivitas Kinerja

Sebagian besar pekerjaan dengan ancaman bahaya yang signifikan sering kali diabaikan. Keselamatan dan kesehatan kerja merupakan komponen penting mulai dari tahap desain hingga penggunaan peralatan, mesin, dan proses yang terlibat dalam pekerjaan. Pekerja akan lebih nyaman dan sehat di tempat kerja yang dibangun secara ergonomis. *Low back pain* adalah salah satu penyakit yang muncul sebagai akibat dari ide-ide ergonomis yang tidak diterapkan. *Low back pain* adalah kondisi yang ditandai dengan ketidaknyamanan punggung bawah. Keluhan ini tidak boleh dianggap sepele, karena dapat menyebabkan penurunan produktivitas kerja dan hilangnya jam kerja. Selain itu, LBP dapat menimpa siapa saja, baik pria maupun wanita, tua maupun muda, dan dalam pekerjaan apa saja (Awaluddin et al., 2019).

Low back pain adalah masalah kesehatan yang serius di Indonesia.

Penyakit ini merupakan penyakit kedua yang paling umum terjadi pada manusia, setelah influenza. Menurut penelitian, prevalensi nyeri punggung bawah pada pengemudi, pengendara sepeda motor, dan penarik becak lebih tinggi dibandingkan dengan pekerjaan lainnya, yang menunjukkan bahwa masalah nyeri punggung yang disebabkan oleh duduk terlalu lama menjadi sebuah fenomena. Ketidaknyamanan pada punggung yang disebabkan oleh duduk terlalu lama merupakan hal yang umum terjadi saat ini. Pada dasarnya, keluhan nyeri dapat terjadi pada struktur muskuloskeletal. Ketidaknyamanan muskuloskeletal, terutama ketidaknyamanan pada punggung bawah, telah disebut sebagai pandemi epidemik (Lestari dkk, 2023).

Karyawan yang memiliki masalah nyeri punggung bawah yang serius mungkin memiliki keterbatasan fisik dalam melaksanakan tugas mereka. Ketidaknyamanan pada punggung bawah dapat mengganggu mobilitas, fleksibilitas, dan kekuatan fisik, sehingga membatasi kemampuan karyawan untuk melakukan aktivitas fisik atau tindakan yang berulang-ulang. Hal ini dapat menyebabkan penurunan produktivitas dan kualitas pekerjaan. Kualitas pekerjaan karyawan dapat terganggu jika mereka terus menerus merasa sakit atau tidak nyaman sebagai akibat dari masalah nyeri punggung bawah. Ketika seseorang mengalami rasa sakit atau penderitaan yang luar biasa, perhatian, konsentrasi, dan kemampuannya untuk berfungsi dengan baik dapat terganggu. Hal ini dapat

berdampak buruk pada keakuratan, kecepatan, dan produksi tugas.

Kajian ini mendukung temuan Lestari, et al., (2023), dimana penelitian tersebut menemukan bahwa terdapat pengaruh langsung nyeri punggung bawah terhadap produktivitas kerja karyawan. Beban kerja memiliki pengaruh terhadap produktivitas kerja karyawan melalui keluhan nyeri punggung bawah, dan postur kerja memiliki pengaruh terhadap produktivitas kerja karyawan melalui keluhan nyeri punggung bawah. Hal ini menunjukkan bahwa pengaruh beban kerja, postur kerja, dan keluhan nyeri punggung bawah terhadap produktivitas kerja menyumbang 30,1% dari total keseluruhan, dan sisanya sebesar 69,9% dipengaruhi oleh faktor lain.

Pengaruh Beban Kerja Terhadap Produktifitas

Beban kerja adalah segala macam pekerjaan yang dibebankan kepada sumber daya manusia untuk diselesaikan dalam jangka waktu tertentu. Beban kerja yang harus dikerjakan oleh karyawan harus sesuai dengan kemampuan yang dimiliki agar dapat diselesaikan dan tidak menjadi pekerjaan yang berat bagi seorang karyawan (Ahmad, dkk., 2019). Beban kerja merupakan suatu prosedur yang dilalui seseorang untuk menyelesaikan tanggung jawab suatu pekerjaan atau sekumpulan pekerjaan yang dilakukan dalam kondisi yang khas dalam jumlah waktu tertentu, yang kesemuanya terkait dengan indikator-indikator. Kemampuan karyawan dalam menyelesaikan tugasnya

akan sangat dipengaruhi oleh keterbatasan waktu dan konsentrasinya (Nabawi, 2019).

Karyawan dapat mengalami kelelahan fisik dan mental jika mereka mengalami beban kerja yang berat. Hal ini dapat mengganggu konsentrasi, fokus, dan kemampuan mereka untuk melakukan aktivitas secara efektif. Sehingga, hal ini dapat berdampak buruk pada kualitas pekerjaan yang dilakukan dalam jangka panjang. Beban kerja yang berlebihan atau tidak terorganisir dengan baik dapat menyebabkan kebingungan dan kesulitan dalam mengatur waktu dan sumber daya yang dimiliki oleh karyawan. Karyawan mungkin akan kesulitan untuk melaksanakan tugas dengan baik dan mungkin mengalami stres yang lebih tinggi, sehingga mengurangi produktivitas kerja mereka.

Hasil penelitian menjelaskan bahwa tidak terdapatnya pengaruh signifikan secara langsung beban terhadap tingkat produktivitasnya. Karyawan mungkin dapat mengatasi beban kerja yang berat tanpa berdampak negatif pada produktivitas jika organisasi menjalankan manajemen beban kerja yang baik, seperti mengidentifikasi prioritas, mengalokasikan pekerjaan dengan benar, dan menyediakan sumber daya yang cukup. Perusahaan dapat mengoptimalkan manajemen beban kerja dan membatasi dampak negatifnya dalam hal ini.

Selaras dengan kajian Mutiadi et al., (2021) yang bertujuan untuk menginvestigasi pengaruh beban kerja, kompensasi, dan lingkungan kerja terhadap produktivitas kerja karyawan di

PT Mugai Indonesia. Sampel penelitian terdiri dari 76 responden, dan pengumpulan data dilakukan menggunakan metode kuesioner. *Structural Equation Modeling* (SEM) dengan bantuan program statistik SmartPLS digunakan untuk menganalisis data. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa variabel beban kerja memiliki pengaruh positif tetapi tidak signifikan terhadap produktivitas kerja, sehingga hipotesis ditolak.

Pengaruh Sikap Kerja Terhadap Produktifitas

LBP merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama di Indonesia. LBP adalah penyakit kedua yang paling umum terjadi pada manusia, setelah influenza. Mengemudi, mengendarai sepeda motor, dan menarik becak memiliki frekuensi ketidaknyamanan punggung bawah yang lebih tinggi daripada pekerjaan lainnya. Masalah-masalah ini dianggap disebabkan oleh duduk dalam waktu yang lama, yang semakin umum terjadi. Struktur muskuloskeletal, secara umum, dapat menjadi sumber gejala ketidaknyamanan. Menurut laporan tertentu, ketidaknyamanan muskuloskeletal, terutama nyeri punggung bawah, sedang meningkat (Lestari et al, 2023).

LBP adalah penyakit yang sering terjadi yang dapat mengganggu kesehatan dan produktivitas kerja seseorang. Saputra (2020) mengidentifikasi berbagai faktor risiko yang dapat menyebabkan timbulnya LBP. Adapun penyebabnya adalah faktor individu, faktor pekerjaan dan faktor lingkungan. Seiring bertambahnya usia,

peluang mereka untuk mengalami LBP juga akan meningkat. Beberapa penelitian telah menemukan bahwa wanita sedikit lebih mungkin menderita LBP daripada pria. Faktor individual lainnya yang mempengaruhi adalah tingkat pendidikan, IMT dan kebiasaan merokok. Merokok telah terbukti mengurangi aliran darah ke jaringan tulang belakang dan meningkatkan kemungkinan mengembangkan LBP.

Karakteristik beban kerja, yang meliputi intensitas fisik, pengulangan, dan kesulitan pekerjaan, dapat mempengaruhi risiko gejala LBP. Aktivitas fisik yang berlebihan, terutama jika tidak diimbangi dengan istirahat yang cukup, serta gerakan yang berulang-ulang di tempat kerja, dapat meningkatkan kemungkinan seseorang terkena LBP. Usaha yang berlebihan dapat membebani otot dan sistem tulang belakang, sehingga berkontribusi terhadap perkembangan LBP.

Indikator lainnya yang mempengaruhi LBP adalah penggunaan waktu kerja. Jam kerja yang panjang tanpa istirahat yang cukup atau sering berganti shift dapat mempengaruhi kesehatan punggung bawah. Ketidakseimbangan antara kerja dan istirahat dapat memberikan tekanan tambahan pada otot punggung dan struktur tulang belakang, sehingga meningkatkan risiko LBP.

Tugas yang harus dicapai atau tuntutan aktivitas yang harus diselesaikan di tempat kerja dapat memiliki dampak yang signifikan terhadap gejala LBP. Postur tubuh yang tidak alami, tindakan yang sangat menuntut atau berulang-

ulang, dan tekanan mental yang signifikan dapat meningkatkan risiko LBP. Tugas yang tidak ergonomis atau terlalu berat dapat memberikan tekanan yang terlalu besar pada punggung bawah, sehingga berkontribusi pada perkembangan gejala LBP.

Sikap kerja, atau posisi tubuh yang digunakan saat melaksanakan tugas kerja, memiliki pengaruh yang besar terhadap kemungkinan timbulnya masalah LBP. Postur kerja yang tidak ergonomis atau alamiah dapat memberikan tekanan tambahan pada otot-otot punggung, tulang belakang, dan jaringan lain yang terhubung. Hal ini dapat menyebabkan ketegangan yang tidak semestinya pada daerah tersebut, yang berkontribusi terhadap perkembangan LBP.

Perspektif dan pendapat individu tentang pekerjaan mereka termasuk dalam komponen kognitif. Jika sikap kognitif terhadap pekerjaan tidak baik, dengan penilaian beban kerja yang berlebihan atau ketidakpuasan terhadap aktivitas yang dilakukan, kemungkinan timbulnya gejala LBP meningkat. Stres kognitif yang disebabkan oleh sikap yang buruk terhadap pekerjaan dapat berdampak pada kondisi fisik, termasuk otot dan struktur tulang belakang, dan pada akhirnya dapat menyebabkan LBP.

Komponen evaluatif mewakili penilaian individu secara keseluruhan terhadap pekerjaan mereka. Jika penilaian ini tidak baik, seperti ketidakpuasan terhadap kondisi pekerjaan atau lingkungan sekitar, ketegangan dan ketidaknyamanan psikologis dapat terjadi.

Stres yang disebabkan oleh evaluasi pekerjaan yang buruk dapat berdampak pada fisik, termasuk ketegangan otot dan risiko LBP.

Komponen perilaku terdiri dari tindakan nyata yang dilakukan individu dalam kaitannya dengan profesinya. Perilaku di tempat kerja yang melibatkan postur tubuh yang tidak ergonomis, tindakan yang tidak tepat ketika mengangkat atau memindahkan barang, atau ketidakpatuhan terhadap prinsip-prinsip ergonomis dapat menimbulkan tekanan yang tidak semestinya pada punggung bawah. Perilaku yang tidak tepat dapat menyebabkan tekanan mekanis pada struktur tulang belakang, yang mengakibatkan rasa sakit dan gejala LBP.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja terhadap keluhan LBP karyawan PT Waskita. Nilai p-value sebesar $0.001 < 0.05$ dan original sample $-0,348$ menunjukkan bahwa terdapat arah pengaruh yang negatif dan signifikan beban kerja terhadap keluhan LBP karyawan. Terdapat hubungan yang signifikan antara sikap kerja terhadap

keluhan LBP karyawan PT Waskita. Nilai p-value sebesar $0,002 < 0.05$ dan original sample $0,345$ menunjukkan bahwa terdapat arah pengaruh yang negatif dan signifikan sikap kerja terhadap keluhan LBP karyawan. Terdapat hubungan yang signifikan keluhan LBP terhadap produktivitas kinerja karyawan PT Waskita Karya. Nilai p-value sebesar $0,000 < 0.05$ dan original sample $-0,443$ menunjukkan bahwa terdapat arah pengaruh yang negatif dan signifikan keluhan LBP terhadap produktivitas kinerja karyawan. Tidak terdapat hubungan yang signifikan beban kerja terhadap produktivitas kinerja karyawan PT Waskita Karya. Nilai p-value sebesar $0,296 > 0.05$ dan original sample $0,137$ menunjukkan bahwa terdapat arah pengaruh yang positif dan tidak signifikan beban kerja terhadap produktivitas kinerja karyawan. Tidak terdapat hubungan yang signifikan sikap kerja terhadap produktivitas kinerja karyawan PT Waskita Karya. Nilai p-value sebesar $0,463 > 0.05$ dan original sample $0,089$ menunjukkan bahwa terdapat arah pengaruh yang positif dan tidak signifikan sikap kerja terhadap produktivitas kinerja karyawan.

DAFTAR PUSTAKA

Artadana, I. M. A. W., Sali, I. W., & Sujaya, I. N. (2019). Hubungan Sikap Pekerja Dan Lama Kerja Terhadap Keluhan Low Back Pain Pada Pekerja Di Industri Batu Bata Press (Studi Kasus Dilakukan Di Desa Pejaten Kabupaten Tabanan Tahun

2019). *Jurnal Kesehatan Lingkungan (JKL)*, 9(2).

Awaluddin, A., Syafitri, N. M., Rahim, M. R., Thamrin, Y., Rachmat, M., Ansar, J., & Muhammad, L. (2019). Hubungan Beban Kerja Dan Sikap Kerja Dengan Keluhan Low Back

- Pain Pada Pekerja Rumah Jahit Akhwat Makassar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Maritim*, 2(1).
- Diwyarthi, N. D. M. S., & Sulistyawati, N. L. K. S. (2023). Pengaruh Job Insecurity dan Beban Kerja terhadap Stres kerja karyawan. *Jurnal Bisnis Hospitaliti*, 12(1), 56–63.
- Hair Jr, J., Hair Jr, J. F., Hult, G. T. M., Ringle, C. M., & Sarstedt, M. (2021). *A primer on partial least squares structural equation modeling (PLS-SEM)*. Sage publications.
- Irsadioni, D. (2021). *Pengaruh Posisi Duduk Dan Lama Kerja Terhadap Nyeri Punggung Bawah Pada Supir Travel X Di Kota Malang Divia Irsadioni Nim. 1711.13251. 287.*
- Lestari, I., Russeng, S., & Thamrin, Y. (2023). Hubungan Beban Kerja dan Postur Kerja dengan Keluhan Low Back Pain. *Journal of Muslim Community Health*, 4(2), 118–125.
- Nabawi, R. (2019). Pengaruh lingkungan kerja, kepuasan kerja dan beban kerja terhadap kinerja pegawai. *Maneggio: Jurnal Ilmiah Magister Manajemen*, 2(2), 170–183.
- Saputra, A. (2020). Sikap Kerja, Masa Kerja, dan Usia terhadap Keluhan Low Back Pain pada Pengrajin Batik. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 4(Special 1), 147–157.
- Triwati, I., Hardianty, H., & Russeng, S. (2021). Hubungan Sikap Kerja dengan Keluhan Muskuloskeletal terhadap Kinerja Karyawan PT. Maruki Internasional Indonesia Makassar. *Dewantara Journal of Technology*, 2(2), 63–69.