HUBUNGAN BEBAN KERJA, INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KELUHAN *LOW BACK PAIN* PADA PERAWAT UNIT RAWAT INAP DI RUMAH SAKIT UMUM PINDAD TUREN KABUPATEN MALANG

Maulidia Trisnawati

Program Studi Sarjana Terapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, Jl. Besar Ijen 77C Malang

Email: maulidia_p17451214060@poltekkes-malang.ac.id

ABSTRAK

Low back pain merupakan keluhan *muskuloskeletal* yang umum terjadi pada perawat, khususnya di unit rawat inap, dan sering kali disebabkan oleh beban kerja tinggi serta indeks massa tubuh yang tidak ideal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara beban kerja dan indeks massa tubuh dengan keluhan *low back pain* pada perawat unit rawat inap di RSU Pindad Turen. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross sectional.* Jumlah sampel sebanyak 55 perawat dipilih menggunakan teknik *simple random sampling.* Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner beban kerja, data tinggi dan berat badan untuk menghitung indeks massa tubuh, serta kuesioner gejala *low back pain*. Hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan signifikan antara beban kerja dengan keluhan *low back pain* (p = 0,000; r = 0,473) serta antara indeks massa tubuh dengan *low back pain* (p = 0,005; r = 0,370). Nilai korelasi menunjukkan arah hubungan positif, yang berarti semakin tinggi beban kerja dan indeks massa tubuh, maka semakin tinggi tingkat keluhan *low back pain.* Temuan ini mengindikasikan pentingnya pengelolaan beban kerja dan pengendalian berat badan sebagai upaya pencegahan keluhan *low back pain* pada perawat, guna menjaga kesehatan kerja dan meningkatkan produktivitas perawat di unit rawat inap.

Kata Kunci*:* beban kerja, indeks massa tubuh, *low back pain,* perawat.

THE RELATIONSHIP BETWEEN WORKLOAD, BODY MASS INDEX AND LOW BACK PAIN COMPLAINTS IN INPATIENT UNIT NURSES AT PINDAD TUREN GENERAL HOSPITAL, MALANG REGENCY

Maulidia Trisnawati

Occupational Safety and Health Study Program Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, Jl. Besar Ijen 77C Malang

Email: maulidia_p17451214060@poltekkes-malang.ac.id

ABSTRACT

Low back pain is a common musculoskeletal complaint among nurses, particularly those working in inpatient units, and is often caused by high workload and an unideal body mass index. This study aims to determine the relationship between workload and body mass index with low back pain complaints among inpatient unit nurses at Pindad General Hospital Turen. This research used a quantitative approach with a cross-sectional design. A total of 55 nurses were selected using simple random sampling. The instruments used included a workload questionnaire, height and weight data to calculate body mass index, and a low back pain symptom questionnaire. The analysis showed a significant relationship between workload and low back pain complaints ($p = 0.000$; $r = 0.473$) as well as between body mass index and low back pain ($p = 0.005$; $r = 0.370$). The correlation values indicated a positive relationship, meaning that higher workload and body mass index are associated with more severe low back pain complaints. These findings highlight the importance of managing workload and controlling body weight as preventive efforts to reduce low back pain among nurses, in order to maintain occupational health and improve productivity in inpatient units.

Keywords: *workload, body mass index, low back pain, nurse.*