

KEJADIAN *MYOFACIAL PAIN SYNDROME OTOT UPPER TRAPEZIUS*
BERDASARKAN USIA DAN LAMA KERJA PADA PEKERJA
BATIK TULIS DI KECAMATAN WIRADESA

Nurul Aktifah*, Devi Saputri*

Program Studi Sarjana Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

*Korespondensi: nurulaljihan@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: *Myofascial pain syndrome otot upper trapezius* merupakan gangguan nyeri pada otot dengan *trigger point* sebagai tanda dari syndrome tersebut. Pekerjaan dengan posisi statis yang dilakukan selama 8 jam setiap hari dapat menyebabkan terjadinya *syndrome* tersebut. **Tujuan:** Mengetahui kejadian *Myofascial pain syndrome otot upper trapezius* berdasarkan usia dan lama kerja pada pekerja batik. **Metode Penelitian:** Studi diskriptif. Responden adalah pekerja batik sejumlah 25 responden dengan menggunakan metode *accidental sampling*. Instrument penelitian adalah *Visual Analogue Scale (VAS)*. **Hasil:** *myofascial pain syndrome otot upper trapezius* kategori nyeri berat tidak terkontrol dialami responden usia 46-60 sejumlah 10 responden (40%) dan lama kerja kurang dari 10 tahun sejumlah 11 responden (44%). **Kesimpulan:** Hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa faktor usia dan lama kerja dapat menjadi faktor resiko *myofascial pain syndrome otot upper trapezius* pada pekerja batik tulis di Kecamatan Wiradesa.

Kata Kunci: *Myofascial pain syndrome otot upper trapezius*, usia, lama kerja

*MYOFACIAL PAIN SYNDROME OF THE UPPER TRAPEZIUS MUSCLE
INCIDENTS BASED ON AGE AND LENGTH OF WORK FOR
BATIK TULIS WORKERS IN WIRADESA DISTRICT*

ABSTRACT

Background: Myofascial pain syndrome of the upper trapezius muscle is pain in the muscles that is characterized by trigger points. Work with a statistical position for 8 hours every day can cause the syndrome. **Objective:** To determine the incidence of Myofascial pain syndrome of the upper trapezius muscle based on age and length of work of batik workers. **Research Methods:** Descriptive study. Respondents in this study were 25 batik workers using accidental sampling method. The research instrument uses the Visual Analogue Scale (VAS). **Results:** myofascial pain syndrome in upper trapezius muscle category of uncontrolled severe pain experienced by respondents aged 46-60 amounted to 10 respondents (40%) and the length of work less than 10 years were 11 respondents (44%). **Conclusion:** The results of this study illustrate that age and length of work can be risk factors for myofascial pain syndrome of upper trapezius muscle in batik tulis workers in Wiradesa District.

Keywords: *Myofascial pain syndrome of the upper trapezius muscle, age, length of work*

PENDAHULUAN

Pekalongan mendapat julukan sebagai Kota Batik. Batik dihasilkan dari beberapa proses salah satunya proses membuat batik dengan canting yang dilakukan oleh pekerja batik perempuan. Proses pembatikan dilakukan dengan posisi duduk pada kursi yang rendah dengan posisi kepala menunduk kebawah, bagian kaki menekuk tidak 90° dengan punggung membungkuk dilakukan selama berjam-jam. Posisi ini dapat menyebabkan adanya ketegangan atau pengerasan pada *otot upper trapezius* dan memicu terjadinya *myofascial pain syndrome* (Sumardiyono, 2018)

Myofascial pain syndrome merupakan gangguan nyeri pada otot dengan tanda terdapat *trigger point* (titik nyeri) pada otot yang kencang atau *taut band*. *Trigger point* merupakan area yang sensitif yang terletak dibagian otot yang mengalami *taut band* (pengerasan) dan jika diberikan tekanan pada titik *hipersensitif* akan menimbulkan nyeri, *myofascial pain syndrome* muncul karena adanya beban berlebihan saat melakukan aktivitas dan trauma, kontraksi otot yang terlalu lama dapat menimbulkan ketegangan otot, *spasme otot*, *adhesion* serta penurunan sirkulasi darah biasanya terjadi di daerah *otot upper trapezius* (Saxena, 2014). Studi pendahuluan pada kelompok usia produktif didapatkan data pekerja batik melakukan pekerjaan selama 8 jam setiap hari dengan durasi istirahat 1 jam, beberapa pekerja batik mengeluh nyeri. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti ingin mengetahui kejadian *Myofascial pain syndrome otot upper trapezius* berdasarkan usia dan lama kerja pada pekerja batik tulis di Kecamatan Wiradesa.

METODE

Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Wiradesa Kabupaten Pekalongan pada bulan September 2019 dengan pendekatan deskriptif. Populasi berjumlah 95, pengambilan sampel dengan teknik *accidental sampling* didapatkan sejumlah 25 responden sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi meliputi: 1) mengalami nyeri dan ditemukannya adanya *taut band otot upper trapezius*, (2) pekerja batik tulis usia 28 – 60 tahun, 3) Pekerja batik yang bekerja selama lebih dari 1 tahun, 4) bersedia menjadi responden dengan menandatangani

informed consent. Kriteria eksklusi meliputi : 1) subjek mengkonsumsi obat penghilang nyeri. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dan pemeriksaan. Data kejadian nyeri diperoleh dengan instrument VAS (*Visual Analogue Scale*). Pemeriksaan untuk memastikan adanya *trigger point* didapatkan dengan melakukan palpasi otot *upper trapezius* dengan cara memberikan tekanan pada area pemicu nyeri *myofasial upper trapezius* menggunakan jari telunjuk dan jari tengah. Penelitian ini menggunakan analisis data univariat yang menghasilkan distribusi frekuensi dalam bentuk prosentase kejadian *myofasial upper trapezius* berdasarkan usia dan lama kerja pada pekerja batik di Kecamatan Wiradesa Kabupaten Pekalongan.

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kejadian Myofacial Pain Syndrome Otot Upper Trapezius Pada Pekerja Batik Tulis di Kecamatan Wiradesa(N=95)

Karakteristik	F	%
Tidak Nyeri	70	73.7
Nyeri Berat	8	8.4
Nyeri Berat Tidak Terkontrol	17	17.9
Total	95	100.0

Table 1. menunjukkan distribusi frekuensi kejadian *Myofacial Pain Syndrome Otot Upper Trapezius*. Sejumlah 70 (73,7%) tidak mengalami nyeri, 8 responden (8,4%) mengalami nyeri berat dan 17 responden (17,9%) mengalami nyeri berat tidak terkontrol.

Tabel 1. memaparkan kejadian *Myofacial Pain Syndrome Otot Upper Trapezius* pada pekerja batik tulis di Kecamatan Wiradesa dengan populasi sejumlah 95 orang. 70 orang (73.7 %) tidak mengalami nyeri, 8 orang (8.4%) kategori nyeri berat dan kategori nyeri berat tidak terkontrol dialami oleh 17 orang (17.9%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden yang mengalami Myofacial Pain Syndrome Otot Upper Trapezius Pada Pekerja Batik Tulis di Kecamatan Wiradesa(N=25)

Karakteristik	Myofacial Pain Syndrome <i>Otot Upper Trapezius</i>			
	Nyeri Berat		Nyeri Berat Tidak Terkontrol	
	F	%	f	%
Usia				
35 – 45 tahun	4	16,67	7	28
46 – 60 tahun	4	16,67	10	40
Lama Kerja				
<10 tahun	7	28	11	44
>10 tahun	1	4	6	24

Table 2 menunjukkan distribusi frekuensi kejadian *Myofacial Pain Syndrome Otot Upper Trapezius* berdasarkan usia dan lama kerja. Berdasarkan usia, kejadian *Myofacial Pain Syndrome Otot Upper Trapezius* kategori nyeri berat tidak terkontrol mayoritas dialami oleh responden pada usia 46-60 tahun, yaitu sebanyak 10 responden (40%). Selanjutnya berdasarkan lama kerja, proporsi data terbanyak responden yang mengalami *Myofacial Pain Syndrome Otot Upper Trapezius* nyeri berat tidak terkontrol yakni dialami responden dengan lama kerja <10 tahun sebanyak 11 responden (44%).

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik *myofascial pain syndrome otot upper trapezius* berdasarkan usia dan lama kerja. Berdasarkan hasil penelitian kategori usia, kejadian *Myofacial Pain Syndrome Otot Upper Trapezius* kategori nyeri berat tidak terkontrol mayoritas dialami oleh responden pada usia 46-60 tahun. Selanjutnya proporsi data terbanyak responden yang mengalami *Myofacial Pain Syndrome Otot Upper Trapezius* nyeri berat tidak terkontrol yakni dengan lama kerja <10 tahun. Factor usia mendukung terjadinya *myofascial pain syndrome otot upper trapezius*, secara umum keluhan otot mulai dirasakan pada

usia 30 tahun hal ini karena pada usia tersebut secara perlahan fungsi organ tubuh mengalami penurunan. Secara fisiologis bertambahnya usia menyebabkan organ tidak dapat mengadakan remodeling, struktur anatomik dan fungsi sel serta jaringan mengalami perubahan sebagai akibat terjadinya penyimpangan didalam sel atau jaringan. Hasil ini sejalan penelitian Criftofalo (1990 dalam Lubis, 2015) menyatakan bahwa akan terjadi perubahan kimiawi dalam sel dan jaringan tubuh khususnya pada *cross-linking*. Pertambah usia juga dapat menyebabkan terjadinya penurunan jumlah elastin pada jaringan otot sehingga dapat mengurangi sifat elastisitas jaringan otot serta terjadi penurunan ATP. Kekurangan ATP menyebabkan *myosin* tidak dapat melepaskan ikatan dengan *actin* sehingga *sarcomer* tidak dapat kembali kepanjang awal sebelum kontraksi. Hal ini menjadi faktor pendukung terjadinya kontraktur *sarcomer* dan memicu *myofascial pain syndrome otot upper trapezius* (Surahman, 2018).

Hasil penelitian ini *myofascial pain syndrome otot upper trapeziu* paling banyak ditemukan pada penjahit dengan lama kerja <10 tahun. Hal ini disebabkan timbulnya *myofascial pain syndrome otot upper trapeziu* pada penjahit terjadi saat awal masa kerja yaitu pada 2 tahun pertama, dengan keluhan rasa tidak nyaman di leher dan bahu atas. Keluhan tersebut paling banyak dirasakan penjahit dengan masa kerja kurang dari 10 tahun (Kaergaard dan Andersen, 2000). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh National Institute for Occupational Safety and Health (1997) dikutip dalam Melinda (2015), ditemukan bahwa gangguan yang terjadi pada leher dan bahu berkaitan erat dengan masa kerja seorang penjahit. Semakin lama masa kerja seorang penjahit semakin tinggi angka keluhan nyeri leher dan bahu yang dialami.

Nyeri yang dialami individu secara berulang dan berhasil dihilangkan menyebabkan individu tersebut lebih mudah menginterpretasikan sensasi nyeri Sehingga akan lebih siap dalam melakukan tindakan untuk mengontrol nyeri yang dirasakan (Andarmoyo, 2013). Teori menyatakan responden yang lebih sering mengalami nyeri sebelumnya memiliki intensitas nyeri lebih rendah dibandingkan responden yang belum pernah mengalami nyeri ini disebabkan karena nyeri yang dialami sebelumnya dapat berhasil untuk dihilangkan, maka akan lebih mudah

untuk individu tersebut melakukan tindakan-tindakan yang diperlukan dalam menghilangkan nyeri yang dirasakan (Dewi, 2017).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penjelasan yang dikemukakan oleh Wijaya (2014), menunjukkan bahwa intensitas nyeri yang dirasakan berdasarkan pengalaman nyeri yang dialami sebelumnya, responden yang belum pernah mengalami nyeri akan mempunyai persepsi nyeri lebih tinggi dibandingkan responden yang pernah mengalami nyeri (Wijaya *et al*, 2018). Pengalaman masa lalu mengalami penyakit baik yang positif maupun negatif dapat mempengaruhi perkembangan keterampilan dalam menggunakan koping. Pengalaman merasakan sakit sebelumnya menyebabkan nyeri mempunyai implikasi terhadap intensitas nyeri. Jika nyeri belum pernah dirasakan pasien, persepsi negatif pertama nyeri yang timbul dapat mengganggu koping terhadap nyeri. Apabila pasien tidak menyadari hal ini pasien akan memandang awitan nyeri sebagai komplikasi yang serius dan menjadi stressor di dalam dirinya. Sedangkan pasien dengan pengalaman nyeri sebelumnya menyebabkan persepsi nyeri *myofascial trigger point syndrome* adalah hal umum bagi pasien. Sehingga ini akan membantu pasien untuk lebih siap dalam melakukan tindakan untuk mengontrol nyeri (Wijaya *et al*, 2018).

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa faktor usia dan lama kerja dapat menjadi factor resiko terjadinya *myofascial pain syndrome otot upper trapezius* pada pekerja batik tulis di di kecamatan Wiradesa dengan tingkat nyeri tidak terkontrol mayoritas dialami kelompok usia 46-60 tahun dan lama kerja kurang dari 10 tahun.

DAFTAR PUSTAKA

- Andarmoyo, S. .2013. Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri. Yogyakarta : Ar-Ruzz Media
- Dewi, A. P. 2017. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Kecemasan Pada Pasien Pra Operasi Sectio Caesarea. Skripsi Program Studi S1 Keperawatan STIKES Bina Usaha Bali
- Kaegaard, A., Hansen, A.M., Rasmussen, K., and Andersen, J.H. 2000. *Association between plasma testosterone and work-related neck and shoulder disorder among female workers. Scandinavian Journal of Work, Environmental & Health.* Vol 26 No 4 : 292-298
- Lubis, Kurniawan D. 2015. Pengaruh Penambahan Core Stability Exercise Pada Muscle Energy Technique Terhadap Penurunan Nyeri Myofacial Trigger Point Upper Trapezius Pada Pembatik Pt Danar Hadi. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Melinda, G., 2015. Pengaruh Pemberian Ischemic Compression dan Penguluran Pasif Terhadap Penurunan Nyeri Sindroma Nyeri Miofasial Upper Trapezius pada Pekerja Konveksi. Skripsi, Surakarta: Politeknik Kesehatan Surakarta
- Surahman, A. (2018). Perbedaan Pengaruh *Integrated Neuromuscular Inhibition Technique* (INIT) Dan *Active Release Technique* (ART) Terhadap Peningkatan ungsional Pada *Myofascial Pain Syndrome* Otot *Upper Trapezius*. Naskah Publikasi Universitas A'isyiyah Yogyakarta
- Sumardiyono (2018). Dampak Posisi Duduk Pembatik Tulis Terhadap Resiko Kesehatan Dan Pengendaliannya, *Jurnal Bakti Masyarakat*. Vol 1, No.2
- Saxena, A. Dkk (2015) *Myofacial Pain Syndrome. Journal of pain & palliative care pharmacotherapy*
- Surahman, A. (2018). Perbedaan Pengaruh *Integrated Neuromuscular Inhibition Technique* (INIT) Dan *Active Release Technique* (ART) Terhadap Peningkatan ungsional Pada *Myofascial Pain Syndrome* Otot *Upper Trapezius*. Naskah Publikasi Universitas A'isyiyah Yogyakarta
- Wijaya, I.P.A., Yantini, K.E., Susila, M.D.P. 2018. Faktor-faktor yang Yempengaruhi Intensitas Nyeri Pasien Pasca Operasi Fraktur Ekstremitas Bawah di BRSU Tabanan. Vol 2 No 1: 6-10

© 2020 Nurul Aktifah dibawah [Lisensi Creative Commons 4.0 Internasional](#)