BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di PT. Cakra Guna Cipta Kabupaten Malang, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Seluruh buruh pabrik rokok PT. Cakra Guna Cipta di Kabupaten Malang mengalami kasus *Low Back Pain,* dengan intensitas ringan sebanyak 30,85% atau 29 orang, sedangkan 65 orang atau 69,15% mengalami intensitas yang berat. *Low Back Pain* pada buruh pabrik rokok PT. Cakra Guna Cipta disebabkan oleh faktor usia serta durasi kerja yang lama.
2. Posisi duduk yang digunakan oleh buruh pabrik PT. Cakra Guna Cipta di Kabupaten Malang, sebagian besar sudah dalam posisi duduk yang benar yakni 88,30% atau 83 orang, sedangkan sebagian lainnya 11,70% atau 11 orang menggunakan posisi duduk yang salah.
3. Tidak ada hubungan antara posisi duduk pada buruh pabrik rokok PT. Cakra Guna Cipta di Kabupaten Malang dengan Intensitas *Low Back Pain* yang dialami buruh pabrik, terbukti dengan hasil analisa data yang menunjukkan nilai p value sebesar 0,087 >α (0,05) dari nilai *Contingency Coeficient* tabel = 0,399.

5.2 Saran

1. Dengan adanya fakta yang telah disebutkan, diharapkan dapat memberikan masukan untuk terus mengembangkan ilmu keperawatan komunitas dan mengembangkan pengetahuan tentang *Low Back Pain.*
2. Bagi Institusi Program Studi Keperawatan

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wacana, kepustakaan dan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya tentang keperawatan komunitas mengenai hubungan posisi duduk terhadap intensitas *low back pain* pada buruh, serta dapat pula dijadikan data dasar untuk penelitian lebih lanjut.
3. Bagi Instansi/ Pabrik

   Diharapkan dapat menigkatkan perannya dalam promosi kesehatan khususnya dalam meningkatkan pengetahuan informasi pada buruh tentang hubungan *low back pain* terhadap kesehatan.
4. Bagi Responden

   Dengan hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan motivasi buruh pabrik rokok untuk memperbaiki posisi duduk dan selalu melakukan peregangan atau pelemasan otot maupun sendi pada punggung saat sebelum memulai bekerja dan saat jam istirahat sehingga dapat meringankan masalah *low back pain.*

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk mendapatkan hasil penelitian lebih objektif pada posisi duduk sebaiknya diteliti dengan observasi posisi duduk responden yang sesuai standar kesehatan dalam waktu yang cukup lama, sedangkan untuk intensitas nyeri baiknya juga diteliti tentang durasi dan frekuensi nyeri tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

Andini, Fauzia.(2015). *Risk Factors of Low Back Pain in Workers*. Volume 4(1).

Arikunto.(2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Arikunto, Suharismi.(2013). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta : Rineka Cipta.

Buchari. Penyakit akibat kerja dan penyakit terkait kerja. Medan: Universitas Sumatera Utara; 2007.

Departemen Kesehatan RI.(2013). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia (Riskesdas)*.

Eleanor Bull dan Graham Archard.(2007). *Nyeri Punggung,* Terjemahan Oleh Juwita Surapsari. Jakarta: Erlangga.

Harrianto R.(2007). *Buku ajar kesehatan kerja*. Jakarta: EGC.

Hidayat, Aziz A.(2014). *Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisis Data*. Jakarta : Salemba Medika.

Kantana T.(2010). *Faktor-faktor yang mempengaruhi keluhan low back pain pada kegiatan mengemudi tim ekspedisi PT. Enseval Putera Megatrading Jakarta*. Jakarta: Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.

Merulalia.(2010). *Pengaruh Posisi Kerja Terhadap Timbulnya Nyeri Punggung Bawah pada Pengrajin Rotan Di Desa Trangsang Kabupaten Sukoharjo.* Skripsi: Universitas Muhammadiyah Surakarta

Ningsih, Nurna.(2013). *Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Gangguan Sistem Muskuloskeletal.* Jakarta: Salemba Medika.

Notoatmodjo, Soekidjo.(2011). *Kesehatan Masyarakat : Ilmu & Seni*. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmodjo, Soekidjo.(2012). *Metode Penelitian Kesehatan.* Jakarta : Rineka Cipta.

Nursalam.(2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.

Nursalam.(2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.* Surabaya: Salemba Medika.

Purnamasari, Hendy dkk.(2010). *Overweight Sebagai Faktor Resiko Low Back Pain pada Pasien Poli Saraf RSUD rof. Dr. Margono Soekarjo.* Purwokerto. Mandala of Health Volume 4, Nomor 1, Januari 2010

Rijanto, B Boedi.(2011). *Pedoman Pencegahan Kecelakaan Di Industri*. Jakarta: Mitra Wacana Media.

Riwidikdo, Handoko.(2011). *Statistik Kesehatan*. Jakarta : Alfabeta

Santjaka, Aris.(2011). *Statistik Untuk Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.

Sari. N. W.Hubungan Antara Sikap Kerja Duduk Dengan Keluhan Subjektif Nyeri Punggung Bawah Pada Pekerja Pembuat Terasi Di Tambak Rejo Tanjung Mas Semarang. *Unnes Journal Of Publik Health* Vol.2 No.2 2013. Di Unggah 9 Maret 2014: dari http://journal.unnes.ac.id/sju/index/ujph.

Sugiyono.(2011). *Statistika Untuk Penelitian*. Jakarta: Alfabeta.

Sumarsono.(2008). *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta: Alfabeta.

Tjokorda G.B Mahadewa dan Sri Maliawan.(2009). *Diagnosis dan Tatalaksana Kegawat Daruratan Tulang Belakang.* Jakarta: CV Sagung Seto.

Umami AR, Hartanti RI, Dewi A.(2013). Hubungan antara karakteristik responden dan sikap kerja duduk dengan keluhan nyeri punggung bawah (low back pain) pada pekerja batik tulis*. E-journal Pustaka Kesehatan*. (2:72-74)