

## **BAB 7 PENUTUP**

### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada penjahit di Kecamatan Lubuk Sikaping maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Hanya sebagian kecil penjahit di Kecamatan Lubuk Sikaping yang memiliki keluhan LBP.
2. Penjahit di Kecamatan Lubuk Sikaping paling banyak berada pada usia dewasa muda, jenis kelamin perempuan, IMT normal, memiliki kebiasaan olahraga serta tidak memiliki kebiasaan merokok.
3. Penjahit di Kecamatan Lubuk Sikaping paling banyak memiliki masa kerja lama yang lebih dari 10 tahun, durasi kerja yang memenuhi syarat, dan posisi kerja yang tidak ergonomis.
4. Tidak terdapat hubungan antara faktor fisik (usia, jenis kelamin, IMT, kebiasaan olahraga dan kebiasaan merokok) terhadap keluhan LBP pada penjahit di Kecamatan Lubuk Sikaping.
5. Tidak terdapat hubungan antara faktor ergonomis (masa kerja, durasi kerja, dan posisi kerja) terhadap keluhan LBP pada penjahit di Kecamatan Lubuk Sikaping.

### **7.2 Saran**

1. Peneliti menyarankan penelitian dengan analisis multivariat untuk meneliti pengaruh masing-masing faktor risiko terhadap faktor risiko lainnya dengan keluhan LBP.
2. Peneliti menyarankan penelitian dengan variabel yang lebih spesifik dan menyeluruh serta cakupan sampel yang lebih luas sehingga mendapatkan hasil penelitian yang lebih representatif.
3. Penjahit diharapkan dapat menerapkan prinsip-prinsip ergonomis dalam bekerja seperti mengatur waktu dalam bekerja dan posisi yang nyaman untuk bekerja serta menjaga kesehatan diri seperti menerapkan kebiasaan olahraga sehingga dapat mengurangi risiko keluhan LBP akibat pekerjaan.