

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan uji statistik mengenai factor risiko yang berhubungan dengan keluhan subyektif *Carpal Tunnel Syndrome* pada pekerja penggiling cabai di Pasar Kota Padang Tahun 2016, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Lebih dari separuh pekerja penggiling cabai di Pasar Kota Padang mengalami keluhan subyektif CTS.
2. Sebagian besar pekerja penggiling cabai di Pasar Kota Padang melakukan pekerjaan dengan gerakan berulang lebih/sama dari 30 gerakan/menit.
3. Sebagian besar pekerja penggiling cabai di Pasar Kota Padang bekerja dengan sikap kerja postur berisiko.
4. Lebih dari separuh pekerja penggiling cabai di Pasar Kota Padang memiliki lama kerja kurang/sama dari 4 jam/hari.
5. Sebagian besar pekerja penggiling cabai di Pasar Kota Padang memiliki masa kerja lebih dari 4 tahun.
6. Ada hubungan yang bermakna antara gerakan berulang dengan keluhan subyektif CTS pada penggiling cabai di Pasar Kota Padang tahun 2016.
7. Ada hubungan yang bermakna antara sikap kerja dengan keluhan subyektif CTS pada penggiling cabai di Pasar Kota Padang tahun 2016.
8. Tidak ada hubungan yang bermakna antara lama kerja dengan keluhan subyektif CTS pada penggiling cabai di Pasar Kota Padang tahun 2016.
9. Ada hubungan yang bermakna antara masa kerja dengan keluhan subyektif CTS pada penggiling cabai di Pasar Kota Padang tahun 2016.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Pekerja

1. Pekerja sebaiknya mengistirahatkan pergelangan tangannya apabila sudah merasakan kesemutan, nyeri, atau mati rasa.
2. Pekerja melakukan latihan pada tangan dan pergelangan tangan yang sederhana selama 4-5 menit untuk mengurangi risiko berkembangnya atau mencegah terjadinya CTS.
3. Pekerja yang telah merasakan keluhan CTS secara konstan sebaiknya segera memeriksakan dirinya ke fasilitas pelayanan kesehatan seperti puskesmas, rumah sakit, atau klinik agar dapat diberikan pengobatan.

6.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Pada saat melakukan pemeriksaan fisik untuk mengetahui keluhan CTS sebaiknya didampingi dengan tenaga medis supaya hasil yang didapat lebih akurat.

