

## BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, uji statistik dan pembahasan mengenai hubungan umur, masa kerja, getaran, dan posisi duduk dengan keluhan *low back pain* pada sopir angkot di Kota Bukittinggi pada tahun 2023 diketahui:

1. Sebagian besar sopir angkot di Kota Bukittinggi pada tahun 2023 (54,3%) mengalami keluhan *low back pain* berat.
2. Hampir seluruh sopir angkot di Kota Bukittinggi pada tahun 2023 (90,5%) memiliki usia dengan kategori berisiko.
3. Sebagian besar sopir angkot di Kota Bukittinggi pada tahun 2023 (75,9%) memiliki masa kerja dengan kategori lama.
4. Sebagian besar sopir angkot di Kota Bukittinggi pada tahun 2023 (59,5%) merasakan getaran kendaraan dengan kategori getaran berisiko.
5. Sebagian besar sopir angkot di Kota Bukittinggi pada tahun 2023 (79,3%) memiliki posisi duduk dengan kategori posisi duduk berisiko tinggi.
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara umur dengan keluhan *low back pain* pada sopir angkot di Kota Bukittinggi pada tahun 2023 dengan nilai *p-value* 0,004 dan nilai OR 14.149.
7. Terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan keluhan *low back pain* pada sopir angkot di Kota Bukittinggi pada tahun 2023 dengan nilai *p-value* 0,013 dan nilai OR 3.353.

8. Terdapat hubungan yang signifikan antara getaran dengan keluhan *low back pain* pada sopir angkot di Kota Bukittinggi pada tahun 2023 dengan nilai *p-value* 0,001 dan nilai OR 4.139.
9. Terdapat hubungan yang signifikan antara posisi duduk dengan keluhan *low back pain* pada sopir angkot di Kota Bukittinggi pada tahun 2023 dengan nilai *p-value* 0,011 dan nilai OR 3.778.

## 6.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Koperasi
  - a. Melakukan upaya keselamatan dan kesehatan kerja dengan cara bekerjasama dengan puskesmas atau fasilitas pelayanan kesehatan dalam memberi penyuluhan mengenai posisi kerja yang ergonomis bagi pekerja.
  - b. Membantu pekerja mendaftarkan diri untuk mendapatkan asuransi kesehatan.
  - c. Bekerja sama dengan puskesmas atau fasilitas pelayanan kesehatan dalam memberikan informasi mengenai risiko keluhan *low back pain* kepada pekerja.
  - d. Memberikan informasi mengenai pengaturan waktu kerja kepada pekerja.
2. Bagi Pekerja
  - a. Pekerja diharapkan dapat menerapkan posisi kerja (posisi duduk) yang ergonomis selama bekerja

- b. Pekerja diharapkan dapat mengatur waktu kerja dan waktu istirahat saat bekerja.
- c. Pekerja diharapkan dapat melakukan pemanasan sebelum bekerja dan dapat melakukan olahraga ringan yang teratur.
- d. Pekerja dapat menambahkan bantalan atau menggunakan sandaran punggung jok mobil saat bekerja.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut mengenai faktor risiko yang berhubungan dengan keluhan *low back pain* lainnya yang tidak diteliti pada penelitian ini seperti faktor individu lainnya, faktor lingkungan lainnya, faktor ergonomi lainnya dan faktor psikososial serta dapat melengkapi keterbatasan yang terdapat pada penelitian ini.

