

## BAB VII

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian mengenai hubungan beban kerja dengan keluhan *Low Back Pain* pada perawat di ruangan rawat inap rumah sakit Universitas Andalas, maka didapatkan kesimpulan:

- a. Hampir seluruh responden adalah perempuan dengan masa kerja  $\leq 5$  tahun. Untuk karakteristik umur sebagian besar responden adalah umur 26-35 tahun dengan berpendidikan Ners.
- b. *Low Back Pain* yang dirasakan oleh perawat di ruang rawat inap rumah sakit Universitas Andalas berada pada tingkat sedang
- c. Beban kerja fisik yang dirasakan oleh perawat di ruang rawat inap rumah sakit Universitas Andalas berada pada tingkat sedang
- d. Terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja fisik dan keluhan *Low Back Pain*, dengan kekuatan hubungan yang kuat dan arah hubungan yang positif. Semakin tinggi tingkat beban kerja fisik maka semakin tinggi pula tingkat keluhan *Low Back Pain* pada perawat di ruang rawat inap rumah sakit universitas andalas.

#### B. Saran

- a. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Disarankan agar manajemen rumah sakit meningkatkan perhatian terhadap beban kerja fisik perawat, serta menyediakan program terapi dan relaksasi khusus untuk mengurangi keluhan *Low Back Pain*. Selain itu, perlu

diberikan edukasi mengenai teknik kerja ergonomis dan penggunaan alat bantu agar risiko kejadian *Low Back Pain* dapat ditekan secara efektif.

b. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi institusi pendidikan keperawatan untuk lebih menekankan pentingnya kesadaran terhadap beban kerja yang dihadapi perawat di dunia klinis. Mahasiswa keperawatan perlu dibekali dengan pemahaman tentang bagaimana beban kerja yang berlebihan dapat berdampak pada kesehatan fisik, termasuk munculnya keluhan *Low Back Pain*.

c. Bagi Keperawatan

Disarankan kepada tim keperawatan untuk mengatur beban kerja perawat secara proporsional guna mencegah keluhan *Low Back Pain* dan meningkatkan efektivitas pelaksanaan asuhan keperawatan.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini hanya membahas hubungan antara beban kerja dan keluhan low back pain. Untuk ke depannya, diharapkan peneliti lain bisa meneliti faktor-faktor lain yang juga bisa menyebabkan low back pain, dan menggunakan jumlah responden yang lebih banyak supaya hasilnya lebih akurat.

