

BAB VI

PENUTUP

VI.1 Kesimpulan

Sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan serta hasil pengolahan data. Dari sampel sebanyak 92 orang dengan menggunakan teknik Purposive Sampling didapatkan bahwa terdapat 42 orang (45,7%) mengalami keluhan nyeri upper trapezius dan 50 orang (54,3%) tidak mengalami keluhan nyeri upper trapezius. Presentase tertinggi (71,4%) pada usia 12 tahun dengan mayoritas perempuan (66,7%) serta termasuk dalam kategori normal (54,8%) dan menggunakan tas ransel dengan presentase berat beban tas 10% atau lebih (76,2%).

VI.2 Saran

Beberapa saran yang dapat diajukan berdasarkan hasil analisis penelitian dan pembahasan dalam penelitian ini adalah:

- a. Dalam penelitian selanjutnya disarankan memiliki kuesioner yang lebih lengkap mengenai tingkat keluhan nyeri upper trapezius yang dirasakan.
- b. Dalam penelitian selanjutnya disarankan memiliki variabel yang tidak ikut diteliti yang mungkin dapat berpengaruh pada keluhan nyeri upper trapezius, yaitu variabel durasi penggunaan tas dan cara penggunaan tas.
- c. Dalam penelitian selanjutnya disarankan memiliki parameter yang lebih jelas dan kuat.
- d. Dalam penelitian selanjutnya disarankan untuk melaksanakan penelitian dengan jangka waktu yang lebih lama.