

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

Berdasarkan hasil dari analisa data yang telah dilakukan, didapat kesimpulan, banyaknya 86 guru di Jabodetabek mengalami keluhan pada pergelangan tangan dengan kebanyakan diderita oleh kisaran usia 31-40 tahun (29.1%) dengan mayoritas penderita adalah perempuan (74.4%) dan indeks massa tubuh normal (31.4%). Mayoritas guru di Jabodetabek bekerja dengan dua peralatan yaitu *smartphone* dan laptop (47.7%) serta dalam posisi duduk (61.6%), dengan sikap duduk esktremitas atas cenderung condong ke layar laptop sehingga pergelangan tangan menjadi tumpuan dikarenakan siku yang tidak ada tumpuan. Guru di Jabodetabek mayoritas sudah berprofesi menjadi guru selama lebih dari 15 tahun (39.5%), dengan durasi kerja setiap harinya 4-5 jam (32.6%) dan duduk kurang dari 3 jam (53.5%). Mayoritas guru juga jarang melakukan olahraga.