

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Dari uji yang telah dilakukan ditemukan hasil didapatkan hasil bawah siswa kelas 10,11 dan 12 SMA Budaya Jakarta mengalami gangguan muskuloskeletal sebesar (93.0%) dan yang tidak mengalami gangguan muskuloskeletal didapati sebesar (7.0%). Hasil dari distribusi frekuensi regio yang mengalami gangguan muskuloskeletal yaitu leher atas dengan frekuensi presentase 12.8%, lengan atas dengan presentase 18.6%, bahu dengan dengan presentase 36.0%, punggung atas dan punggung bawah didapatkan hasil yang sama yaitu dengan presentase sebesar 12.8% dan sisanya sebanyak 7.0% tidak mengalami gangguan muskuloskeletal.

- a. Pada penelitian ini responden terbanyak yaitu perempuan dengan frekuensi 67.4%.
- b. Terdapat hubungan yang cukup kuat antara berat beban tas dengan gangguan muskuloskeletal pada siswa SMA di Jakarta yang tidak searah namun terdapat hubungan yang cukup kuat antara berat beban tas dengan tingkat nyeri yang dirasakan dan searah yang artinya semakin tinggi tingkat berat beban semakin tinggi juga tingkat nyeri yang dirasakan.
- c. Terdapat hubungan yang cukup kuat antara lamanya penggunaan tas dengan dengan gangguan muskuloskeletal namun hubungan terbilang sangat lemah dan searah yaitu apabila semakin tinggi lama penggunaannya semakin besar risiko mengalami gangguan muskuloskeletal pada siswa SMA di Jakarta.
- d. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara jenis tas dengan gangguan muskuloskeletal pada siswa SMA di Jakar

V.1 Saran

a. Bagi Siswa

Diharapkan para siswa dapat lebih memperhatikan kesehatannya terutama kesehatan muskuloskeletal dengan memperhatikan berat beban tas yang dibawa dan lama penggunaan tas, jika memang mengharuskan membawa beban yang berat diharapkan para siswa memperhatikan lamanya penggunaan waktu yang normal.

b. Bagi Sekolah

Diharapkan sekolah dapat mengedukasi para siswanya mengenai pentingnya menjaga kesehatan terkait muskuloskeletal dan mengedukasi siswanya agar lebih memperhatikan berat beban tas yang dibawa dan lamanya waktu penggunaan sesuai dengan kriteria normal.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat menggunakan jumlah sample yang lebih banyak dan luas serta dengan waktu yang tepat agar data yang dihasilkan lebih valid dan luas.