

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan secara umum bahwa ada hubungan antara sikap kerja duduk dengan keluhan nyeri leher. Selain kesimpulan diatas dapat diambil kesimpulan secara lain diantaranya:

- a. Dari 22 karyawan yang bekerja, sebanyak 4 orang (18,2%) masuk kedalam tingkat postur baik, sebanyak 10 orang (45,5%) masuk kedalam tingkat Investigasi lebih lanjut, perubahan mungkin diperlukan, sebanyak 5 orang (22,7%) masuk kedalam tingkat Investigasi lebih lanjut, perubahan segera, dan sebanyak 3 orang (13,6%) masuk kedalam tingkat menyelidiki dan menerapkan perubahan.
- b. Dari 22 karyawan yang bekerja, sebagian besar karyawan sebanyak 10 orang (45,5%) mengalami tingkat keluhan nyeri leher tinggi, sebanyak 8 orang (36,4%) mengalami tingkat keluhan nyeri leher sedang dan sebanyak 4 orang (18,2%) mengalami tingkat keluhan nyeri leher rendah.
- c. Dari 22 karyawan yang bekerja, berdasarkan karakteristik (usia, jenis kelamin, durasi kerja, masa kerja) menjadi salah satu faktor risiko keluhan nyeri leher.

Berdasarkan hasil uji korelasi menggunakan uji *pearson* diketahui p-value  $0,028 < 0,05$  menunjukkan adanya hubungan signifikan antara sikap kerja duduk dengan nyeri leher pada karyawan iNews TV. Sedangkan nilai  $r$  0,468 bersifat positif sehingga keeratan hubungan kedua variabel dalam kategori sedang. Maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima yang berarti dapat diambil kesimpulan bahwa “Ada hubungan yang signifikan antar sikap kerja duduk dengan keluhan nyeri leher pada karyawan iNews TV.”

## **V.2 Saran**

### **V.2.1 Bagi Perusahaan**

- a. Menyediakan ruang kerja dengan mempertimbangkan beberapa hal yaitu sikap kerja pada saat duduk, pada saat duduk tanpa menyandar, pada saat duduk tegak, pada saat duduk menggunakan sadaran punggung, serta memperhatikan penempatan alat kerja dalam ruang kerja.
- b. Memberikan penambahan wawasan dan pemahaman mengenai sikap kerja duduk kepada karyawan untuk meminimalisir terjadinya risiko keluhan nyeri leher.

### **V.2.2 Bagi Karyawan iNews**

- a. Melakukan aktifitas kerja dengan kombinasi dari beberapa gerakan lain dan diselingi dengan sikap berdiri atau berjalan agar tidak terjadi keluhan otot pada bagian tubuh khususnya bagian leher.
- b. Memperhatikan posisi tubuh yang nyaman saat bekerja sehingga mengurangi terjadinya kelelahan.

### **V.2.3 Bagi Peneliti Lain**

Hasil penelitian ini dapat dikembangkan kembali dengan melaksanakan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui permasalahan yang lebih mendalam berkaitan dengan faktor yang berhubungan dengan keluhan nyeri leher.