

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

- a. Proporsi keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* yang dialami oleh penjahit sektor informal di Kecamatan Pasar Rebo adalah sebanyak 36 responden (72%) dari 50 total responden.
- b. Proporsi usia pada responden sebagian besar berusia >30 tahun (72%), 82% dari total responden berjenis kelamin laki-laki, 88% responden memiliki masa kerja >4 tahun, 74% responden bekerja > 8 jam/hari, 48% responden memiliki postur kerja dengan risiko rendah, dan 68% dari total responden mengalami stress sedang
- c. Terdapat hubungan antara usia dengan keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* pada penjahit sektor informal di Kecamatan Pasar Rebo tahun 2022 ($p=0,011$)
- d. Tidak terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* pada penjahit sektor informal di Kecamatan Pasar Rebo tahun 2022 ($p=1,00$)
- e. Terdapat hubungan antara masa kerja dengan keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* pada penjahit sektor informal di Kecamatan Pasar Rebo tahun 2022 ($p=0,005$)
- f. Tidak terdapat hubungan antara durasi kerja dengan keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* pada penjahit sektor informal di Kecamatan Pasar Rebo tahun 2022 ($p=0,149$)
- g. Tidak terdapat hubungan antara postur kerja dengan keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* pada penjahit sektor informal di Kecamatan Pasar Rebo tahun 2022 ($p=0,623$)
- h. Tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* pada penjahit sektor informal di Kecamatan Pasar Rebo tahun 2022 ($p=0,105$)

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Penjahit

- a. Melakukan peregangan atau latihan fisik pada pergelangan tangan untuk mencegah terjadinya tekanan pada terowongan karpal
- b. Mengatur jam kerja dan istirahat dengan baik agar tidak melebihi batas wajar
- c. Memanfaatkan waktu istirahat untuk meluruskan dan memposisikan pergelangan tangan pada kondisi rileks untuk mencegah terjadinya ketegangan pada otot tangan
- d. Segera melakukan konsultasi dengan dokter apabila ada keluhan pada pergelangan tangan yang terus berlanjut dan mengganggu aktivitas

V.2.2 Bagi Pemerintah

- a. Pemerintah khususnya Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta diharapkan lebih memperhatikan kesehatan para penjahit sektor informal, misalnya dengan menunjuk puskesmas di wilayah Kecamatan Pasar Rebo untuk mengadakan pemeriksaan kesehatan pada penjahit sektor informal
- b. Mengadakan dan memberikan edukasi kepada penjahit sektor informal mengenai risiko-risiko kesehatan seperti *Carpal Tunnel Syndrome* yang dapat timbul dan cara pencegahannya

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Memperbanyak jumlah sampel penelitian
- b. Mengukur variabel keluhan *Carpal Tunnel Syndrome* yang membutuhkan pemeriksaan fisik dengan didampingi oleh fisioterapis atau tenaga kesehatan yang lebih berpengalaman
- c. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor psikososial untuk menambah jumlah penelitian mengenai hubungan faktor psikososial dengan CTS yang saat ini masih cukup sedikit
- d. Dianjurkan untuk menambah beberapa variabel yang belum diteliti, seperti riwayat penyakit dan gerakan repetitif, untuk menambah pengetahuan baru