

BAB V

PENUTUP

V. 1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari analisis data penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan:

- a. Dalam penelitian ini terdapat 67 sampel dengan mayoritas kategori 23-25 tahun berjumlah 15 responden dengan presentase (22,4%).
- b. Jenis kendaraan pada penelitian ini didominasi dengan kendaraan *matic* dengan jumlah terbanyak 63 responden (94%).
- c. Secara umum sampel dalam penelitian ini pada durasi berkendara lebih dari 4 jam/hari berjumlah (95,5%) dengan kategori tidak ada risiko sebanyak (59,7%) dan durasi berkendara kurang dari 4 jam/hari berjumlah (4,5%) pada kategori tidak ada risiko (3%).
- d. Berdasarkan uji analisis bivariate menggunakan uji chi-square mendapatkan hasil “tidak terdapat hubungan antara durasi berkendara terhadap risiko nyeri punggung bawah pada kurir ekspedisi”.

V. 2 Saran

a. Bagi Peneliti

Disarankan untuk peneliti selanjutnya mencari informasi serta referensi lebih tentang aktivitas yang mempengaruhi nyeri punggung bawah selain durasi berkendara, umur, indeks massa tubuh, mencoba menggunakan sampel penelitian yang lebih menggambarkan subyek selain kurir ekspedisi.

b. Bagi Institusi

Disarankan untuk institusi dapat menjadi referensi untuk perkembangan ilmu pengetahuan selanjutnya dan bermanfaat bagi pembaca.

c. Bagi Masyarakat

Disarankan bagi masyarakat untuk beristirahat setelah melakukan perjalanan dengan durasi berkendara yang lama serta mengetahui pencegahan nyeri punggung bawah.