

## **BAB V**

### **PENUTUP**

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

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti kepada 47 pekerja pabrik tahu dan tempe yang berada di Kota Depok, maka kesimpulan yang telah didapat adalah sebagai berikut:

- a. Postur kerja pekerja pabrik tahu dan tempe di kota Depok yang mengalami postur kerja tinggi sebanyak 35 orang.
- b. Keluhan nyeri punggung bawah yang dirasakan pekerja pabrik tahu dan tempe di kota Depok yaitu keluhan berat sebanyak 36 orang.
- c. Hasil uji Bivariat dengan uji chi square dihasilkan 0,012. Sehingga, dapat diketahui bahwa nilai  $Asym.Sig\ 0.394 < 0.05$ , yang berarti postur kerja memiliki hubungan signifikan dengan keluhan nyeri punggung bawah.

#### **V.2 Saran**

- a. Bagi Institusi

Diharapkan dan disarankan kepada pihak institusi atau pemerintah sekitar terkait untuk lebih memperhatikan kesehatan masyarakat dengan cara memberikan promosi kesehatan mengenai upaya menangani atau mencegah resiko terjadinya *low back pain* pada pekerja pabrik tahu dan tempe di kota Depok.

- b. Bagi pekerja pabrik tahu dan tempe di kota Depok

Diharapkan untuk kedepannya kepada pekerja pabrik tahu dan tempe di kota Depok untuk lebih memperhatikan postur kerja yang benar dan baik saat bekerja agar keluhan *low back pain* yang dirasakan tidak semakin memburuk, selain itu disarankan juga untuk mengurangi kebiasaan merokok dan melakukan olahraga minimal 3 kali seminggu

upaya untuk meringankan rasa nyeri atau sakit yang dirasakan para pekerja.

c. Bagi Masyarakat umum

Kepada masyarakat umum diharapkan tidak menganggap remeh terkait kebiasaan postur kerja yang salah saat melakukan pekerjaan. Selain itu, disarankan juga untuk mengikuti kegiatan promosi kesehatan secara rutin.