

BAB V

PENUTUP

V.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, maka dapat diambil kesimpulan bahwa :

- a. Pada penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa terdapat adanya hubungan antara postur duduk terhadap keluhan NPB, sedangkan pada lama duduk tidak bisa diketahui dikarenakan data yang bersifat konstan
- b. Penelitian ini menunjukkan gambaran umum terhadap penjahit di PT Sempurna Jaya Makmur Mulia mengalami keluhan NPB lebih dari setengah jumlah responden.
- c. Pada penelitian yang telah dilakukan menunjukkan gambaran postur duduk pada penjahit garmen mayoritas tak sesuai ergonomis dan gambaran dari lama duduk penjahit bahwa seluruhnya duduk sehari lebih dari 4 jam.
- d. Terdapat hubungan antara postur duduk dengan keluhan NPB pada penjahit garmen PT Sempurna Jaya Makmur Mulia di Bogor.
- e. Tak bisa ditentukan hubungan antara lama duduk dengan keluhan NPB pada penjahit garmen PT Sempurna Jaya Makmur Mulia di Bogor dikarenakan hasil data yang konstan.

V.2. Saran

V.2.1. Bagi Responden

Penelitian ini menunjukkan bahwa postur duduk dan lama duduk memiliki pengaruh dengan keluhan NPB pada penjahit. Bagi responden untuk memperhatikan postur duduk yang sudah ada standar undang-undang yang telah ditetapkan secara nasional, dan memperhatikan waktu dari lamanya duduk saat bekerja, berilah waktu untuk istirahat seperti berjalan sekitar atau berdiri sejenak setelah bekerja 1 jam full.

V.2.2. Bagi Institusi Pendidikan

Disarankan bagi institusi pendidikan agar lebih lagi memberikan edukasi pada masyarakat khalayak terutama pada pekerja penjahit, dikarenakan masih banyak pekerja penjahit yang masih tidak melaksanakan postur duduk yang baik.

V.2.2. Bagi Pemilik Garmen

PT Sempurna Jaya Makmur Mulia tepatnya yang mengelola tempat garmen di Bogor ini. Alangkah baiknya bila dapat bekerja sama dengan puskesmas setempat untuk mengadakan penyuluhan mengenai cara duduk yang baik mau pun lingkungan kerja, fokus lingkungan kerja yang bisa penulis berikan saran berupa pengadaan kursi yang bisa di atur tingginya atau meja yang bisa diatur tingginya.

Note : dihubungkan dengan pembahasan dan saran di bab 4

V.2.3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi keluhan NPB yang belum diteliti dalam penelitian ini seperti usia, masa kerja, status sosial dan banyak faktor risiko lainnya yang dapat mempengaruhi keluhan NPB.

Asyraf Rais Jatnika, 2024

HUBUNGAN POSTUR DUDUK DAN LAMA DUDUK TERHADAP KELUHAN NYERI PUNGGUNG BAWAH PADA PENJAHIT GARMEN PT SEMPURNA JAYA MAKMUR MULYA DI BOGOR

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Kedokteran, Kedokteran Pendidikan Sarjana
[www.upnvj.ac.id – www.library.upnvj.ac.id – www.repository.upnvj.ac.id]