

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

1. Terdapat hubungan signifikan dalam penggunaan *high heels* terhadap kejadian *hallux valgus* dan nyeri betis pada *sales promotion girl* (SPG) pasar modern di Kota Kediri tahun 2024.
2. Pada SPG terdapat gambaran penggunaan *high heels* dengan ketinggian ≥ 5 cm mencapai 88.9%.
3. Terdapat gambaran kejadian *hallux valgus* sebanyak 67 responden pada kaki kiri dan 64 responden pada kaki kanan.
4. Terdapat hubungan signifikan pada penggunaan *high heels* terhadap keluhan nyeri otot betis.

V.2 Saran

V.2.1 Saran Bagi Subjek Penelitian

1. Disarankan agar responden, khususnya *sales promotion girl* (SPG), meningkatkan kesadaran terkait dampak kesehatan dari penggunaan *high heels*, terutama yang memiliki ketinggian lebih dari 5 cm.
2. Disarankan untuk mempertimbangkan pemilihan alas kaki yang lebih nyaman dan ergonomis, menggunakan *insole* tambahan ketika menggunakan *high heels* serta memperhatikan kesehatan kaki dalam menjalankan tugas sehari-hari di pasar modern.
3. Dianjurkan agar responden aktif berpartisipasi dalam program kesehatan dan edukasi yang diselenggarakan di tempat kerja atau masyarakat,

terutama yang berkaitan dengan kesehatan kaki dan postur tubuh.

V.2.2 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Penelitian selanjutnya dapat mempertimbangkan pendekatan studi longitudinal untuk mengidentifikasi perubahan dalam kebiasaan penggunaan *high heels* dan dampak kesehatan dalam jangka waktu tertentu.
2. Penelitian selanjutnya dapat memasukkan faktor-faktor tambahan yang dapat memengaruhi kesehatan kaki, seperti aktivitas fisik, jenis sepatu yang digunakan di luar pekerjaan, dan riwayat cedera sebelumnya.
3. Penelitian selanjutnya dapat melakukan *gold standart radiograf* untuk mengetahui lebih lanjut tentang derajat *hallux valgus*.
4. Menyelidiki aspek psikososial yang mungkin memotivasi penggunaan *high heels*, termasuk persepsi terhadap standar kecantikan dan dampaknya terhadap kesejahteraan mental dan emosional responden.
5. Melibatkan kelompok perbandingan, seperti responden yang lebih sering menggunakan sepatu datar dan ujung sepatu yang tidak meruncing untuk membandingkan dampak kesehatan dan kenyamanan antara pemakaian *high heels* dan sepatu datar.
6. Penelitian selanjutnya dapat merinci strategi pencegahan dan intervensi kesehatan yang dapat diterapkan untuk mengurangi risiko *hallux valgus* dan nyeri betis pada populasi yang menggunakan *high heels*.