

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Dapat disimpulkan bahwa gambaran gangguan muskuloskeletal pada perawat di Ruang Rawat Inap Rumkital Marinir Cilandak yaitu:

- a. Pada faktor internal mayoritas perawat di Ruang Rawat Inap Rumkital Marinir Cilandak di dominasi oleh perawat yang rentang usianya 36 tahun sampai 45 tahun sebanyak 40 perawat (44,9%), sedangkan pada kelompok jenis kelamin paling banyak perawat perempuan dengan jumlah 83 perawat perempuan (93,3%).
- b. Pada faktor eksternal mayoritas perawat di Ruang Rawat Inap Rumkital Marinir Cilandak pada faktor beban kerja paling banyak 1 *shift* > 10 pasien masuk klasifikasi skor rendah sebanyak 38 perawat (90,5%), adapun dari faktor masa kerja paling banyak perawat bekerja lebih dari 10 tahun sebanyak 51 perawat (89,5%) pada skor rendah, sedangkan faktor durasi kerja paling banyak 1 *shift* > 6 jam sebanyak 74 perawat (89,2%) pada skor rendah, ditinjau dari faktor kebiasaan olahraga paling banyak perawat memiliki kebiasaan olahraga yang jarang (1-3 kali seminggu) sebanyak 68 perawat (89,5%) pada skor rendah, dan pada faktor pendidikan maka diperoleh data paling banyak perawat di Rumkital Marinir Cilandak memiliki tingkat pendidikan akhir D3 keperawatan sebanyak 61 perawat (87,1%).

V.2 Saran

- a. Bagi Peneliti

Adapun perolehan pengkajian ini harapannya mampu menjadi referensi terbaru bagi studi selanjutnya dan dapat dilengkapi dengan berbagai variabel terkait.

- b. Bagi Institusi

Diharapkan dapat menjadi dasar pembelajaran serta referensi terbaru dan mampu memberikan wawasan untuk meningkatkan pembaruan dalam ilmu pengetahuan.

c. Bagi Perawat

Peneliti berharap perawat dapat meluangkan waktu untuk melakukan olahraga secara rutin dan mengurangi posisi duduk membungkuk.

d. Bagi Masyarakat

Diharapkan masyarakat luas lebih mengetahui informasi yang dapat menyebabkan timbulnya gangguan muskuloskeletal, pencegahan bisa dilakukan sejak dini dengan melakukan aktivitas-aktivitas hidup yang sehat.