

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan faktor ergonomi dengan kejadian nyeri punggung bawah pada perawat rawat inap di RSAL dr. Mintohardjo, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden menunjukkan bahwa perawat rawat inap RSAL dr. Mintohardjo didominasi oleh kelompok usia ≥ 40 tahun, memiliki masa kerja lebih dari 10 tahun, serta sebagian besar berada pada kategori indeks massa tubuh *overweight*.
2. Kejadian nyeri punggung bawah pada perawat rawat inap berdasarkan *Nordic Musculoskeletal Questionnaire* (NMQ) sebesar 16,4%, menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar perawat tidak melaporkan keluhan, nyeri punggung bawah tetap ditemukan pada proporsi responden yang bermakna secara klinis.
3. Penilaian faktor ergonomi menggunakan metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) menunjukkan bahwa mayoritas perawat berada pada kategori risiko ergonomi tingkat menengah (*medium risk*).
4. Analisis hubungan antara faktor ergonomi dan kejadian nyeri punggung bawah menunjukkan tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik ($p = 0,848$). Namun, sebagian besar perawat yang mengalami nyeri punggung bawah berada pada kategori risiko ergonomi medium.

V.2 Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian mengenai hubungan faktor ergonomi dengan kejadian nyeri punggung bawah pada perawat rawat inap di RSAL dr. Mintohardjo, peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai referensi ilmiah dalam proses pendidikan dan pengajaran, khususnya yang berkaitan dengan ergonomi kerja. Temuan penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan pengayaan materi pembelajaran mengenai pentingnya pendekatan ergonomi dalam menjaga kesehatan muskuloskeletal tenaga kesehatan.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan oleh perawat RSAL Dr. Mintohardjo sebagai informasi berbasis bukti (*evidence-based*) dalam upaya menjaga kesehatan punggung bawah melalui penguatan program ergonomi, pelatihan teknik manual handling yang benar, serta pemeliharaan kebugaran fisik perawat, serta sebagai dasar untuk meningkatkan kualitas praktik keperawatan yang aman dan berkelanjutan.
3. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan studi ini dengan melakukan pengukuran faktor ergonomi melalui periode observasi yang lebih panjang dan terstandar. penelitian lanjutan disarankan menggunakan desain longitudinal agar hubungan sebab-akibat antara paparan ergonomi dan kejadian nyeri punggung bawah dapat dianalisis secara lebih mendalam.