

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan keseluruhan tahapan dalam penerapan *Evidence Based Nursing*, yaitu pelaksanaan *ergonomic training* yang mencakup proses pengkajian, analisis data, hingga implementasi pada perawat, ditemukan bahwa intervensi ini terbukti menurunkan skor rata-rata risiko gangguan sistem muskuloskeletal pada perawat sebanyak Sebelum intervensi, beberapa perawat menunjukkan kebiasaan kerja yang kurang ergonomis dalam aktivitas sehari-hari. Pelatihan dilakukan selama tiga hari berturut-turut pada enam perawat, dengan satu sesi per hari berdurasi sekitar 30 menit, didapatkan hasil intervensi *ergonomic training* sebagai bentuk pengurangan gangguan sistem muskuloskeletal pada perawat memiliki perbedaan skor *mean* sebanyak 0.681 atau sebesar 66%

Pada enam perawat yang diberikan intervensi terjadi penurunan tingkat risiko dari sedang menjadi ringan setelah diberikan intervensi. Setelah pelaksanaan *ergonomic training*, terjadi perbaikan dalam cara kerja perawat, seperti peningkatan kesadaran terhadap posisi tubuh saat bekerja dan penggunaan teknik yang lebih aman dalam mobilisasi pasien maupun aktivitas lainnya. Temuan ini menunjukkan bahwa pelatihan ergonomi memberikan dampak positif terhadap praktik kerja perawat dan dapat dianggap sebagai intervensi yang efektif dalam mendukung kesehatan kerja dan kualitas pelayanan di lingkungan rumah sakit.

V.2 Saran

Penerapan *ergonomic training* bagi perawat sangat penting untuk mencegah cedera kerja dan meningkatkan kenyamanan serta efisiensi dalam menjalankan tugas. Perawat disarankan mengikuti pelatihan ergonomi secara berkala, menggunakan alat bantu yang tersedia, serta menerapkan teknik kerja yang aman saat melakukan mobilisasi pasien, dokumentasi, atau prosedur klinis lainnya. Selain itu, masyarakat terutama keluarga pasien perlu memahami prinsip-prinsip ergonomi agar dapat mendukung tenaga kesehatan dan menerapkan teknik perawatan yang

aman di rumah. Partisipasi aktif dalam edukasi ergonomi dan advokasi terhadap fasilitas kesehatan yang ramah tenaga kerja juga menjadi langkah penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang sehat dan berkelanjutan.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar fokus pada evaluasi efektivitas jangka panjang dari *ergonomic training* terhadap penurunan cedera kerja dan peningkatan kualitas pelayanan dengan metode pendekatan kualitatif berdesain case study deskriptif agar dapat menjabarkan gambaran dengan lebih baik. Pengembangan modul pelatihan berbasis teknologi seperti simulasi virtual atau aplikasi interaktif dapat menjadi inovasi yang menarik untuk meningkatkan keterlibatan peserta. Selain itu, penting untuk meneliti hambatan implementasi ergonomi di lapangan seperti keterbatasan alat, budaya kerja, dan dukungan manajemen agar intervensi yang dirancang lebih tepat sasaran dan berkelanjutan.