

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil analisis data penelitian yang sudah dilakukan, maka dari itu dapat disimpulkan bahwa:

- a. Dari responden pada penelitian yang berjumlah 24 orang, mayoritas responden merasakan nyeri punggung bawah kategori sedang sebanyak 20 orang (83,3%) dan sebanyak 4 orang (16,7%) merasakan nyeri punggung bawah kategori berat.
- b. Sikap kerja duduk pada penelitian yang dilakukan dengan metode pengukuran RULA terhadap 24 responden, dengan skor 3-4 sebanyak 11 orang (45.8%), memiliki kategori perlunya investigasi lebih lanjut dan kemungkinan adanya perubahan. Kemudian skor 5-6 sebanyak 7 orang (29.2%), termasuk kategori perlunya investigasi, perbaikan segera. Skor 1-2 yang berarti postur baik atau tidak masalah sebanyak 5 orang (20.8%). Serta skor 7 sebanyak 1 orang (4.2%) maka diperlukan investigasi dan perbaikan secepatnya.
- c. Berdasarkan hasil penelitian dengan uji korelasi *pearson* diperoleh hasil korelasi 0,019. Dengan nilai r 0,477 atau kategori cukup kuat karena mendekati angka 1. Sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat adanya hubungan antara sikap kerja duduk dengan kejadian nyeri punggung bawah pada karyawan iNews TV.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Karyawan

Peneiti berharap karyawan stasiun televisi dapat selalu meluangkan waktu untuk memberi jeda pada kegiatan pekerjaan serta memperbaiki sikap atau posisi dalam bekerja.

V.2.2 Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat diharapkan dapat lebih mengetahui informasi yang berhubungan dengan sikap tubuh yang lebih baik terutama ketika bekerja sehingga dapat dilakukan pencegahan sejak dini terhadap masalah penyerta yang dapat ditimbulkan seperti nyeri punggung bawah.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan analisa langsung tanpa melalui dokumentasi. Peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat memperluas orientasi penelitian tidak hanya pada satu divisi saja atau pada satu stasiun televisi saja.