

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

1. Durasi kerja pada petani di Desa Linggasari, Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas didapatkan 43 responden (59,7%) memiliki durasi kerja yang efektif ( $\leq 52320$  jam), sedangkan sisanya yaitu sebanyak 29 responden (40,3%) memiliki durasi kerja yang tidak efektif ( $> 52320$  jam).
2. Kejadian *suspect Carpal Tunnel Syndrome* pada petani di Desa Linggasari, Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas pada penelitian ini didapatkan sebanyak 26 responden (36,1%) *suspect* CTS dan 46 responden (63,9%) tidak *suspect* CTS.
3. Hasil analisis pada penelitian ini didapatkan adanya hubungan antara durasi kerja terhadap kejadian *suspect Carpal Tunnel Syndrome* pada petani di Desa Linggasari, Kecamatan Kembaran, Kabupaten Banyumas dan durasi kerja menjadi variabel dengan pengaruh paling signifikan dibandingkan variabel lainnya, yaitu usia, jenis kelamin, dan IMT atau status gizi, dengan nilai  $p = 0,006$  dan nilai Odd Ratio 4,062 (95% CI = 1.468-11.240).

## B. Saran

### 1. Bagi Petani

- a. Peneliti menyarankan bagi petani untuk mengoptimalkan ergonomi bekerja, seperti dengan menggunakan alat pertanian yang didesain ergonomis sehingga dapat mengurangi tekanan pada pergelangan tangan ataupun bekerja dengan posisi yang benar, yaitu menempatkan posisi pergelangan tangan secara natural, tidak terlalu menekuk, dan tidak pada posisi janggal secara berulang dalam waktu yang lama, baik ketika beraktivitas di dalam pekerjaan maupun luar pekerjaan.
- b. Peneliti menyarankan bagi petani untuk melakukan peregangan, baik sebelum melakukan aktivitas, saat melakukan aktivitas, dan setelah melakukan kerja.
- c. Peneliti menyarankan bagi petani untuk menggunakan pelindung pergelangan tangan, seperti *wrist splint*, saat melakukan aktivitas yang memberi tekanan berat pada tangan.

### 2. Bagi Instansi Terkait

Pihak instansi diharapkan melakukan pemeriksaan kesehatan rutin dan mengadakan penyuluhan mengenai pengetahuan, sikap, dan praktik saat bekerja pada petani sebagai upaya mencegah terjadinya *Carpal Tunnel Syndrome* mengingat Desa Linggasari merupakan desa binaan Universitas Jenderal Soedirman dan memiliki visi menjadikan Desa Linggasari sebagai Desa Sehat Mandiri Soedirman.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti menyarankan bagi akademisi ataupun peneliti lainnya yang hendak melakukan penelitian selanjutnya agar mengembangkan hasil penelitian ini melalui beberapa hal, seperti penetapan status CTS responden penelitian sebagai diagnosa klinis bukan hanya dugaan menggunakan pemeriksaan-pemeriksaan lebih lanjut, menganalisis lebih dalam faktor-faktor pekerjaan lainnya, dan menggunakan responden dengan jenis pekerjaan yang berbeda sehingga dapat memberikan hasil yang lebih menyeluruh serta menambah wawasan serta ilmu pengetahuan di dalam bidang ilmu kesehatan masyarakat.

