

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil dari penelitian mengenai “Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan *Low Back Pain* (LBP) pada Pekerja Penggiling Padi di Kecamatan Kemranjen Kabupaten Banyumas”, yaitu:

1. Pekerja Penggilingan Padi di Kecamatan Kemranjen Kabupaten Banyumas yang mengalami LBP sedang sebanyak 48 pekerja, LBP ringan sebanyak 33 pekerja, dan tidak mengalami LBP sebanyak 6 pekerja.
2. Pekerja Penggilingan Padi di Kecamatan Kemranjen Kabupaten Banyumas Sebagian besar memiliki usia produktif (25-59 tahun) sebanyak 80 pekerja; IMT yang normal (18,5-25) sebanyak 56 pekerja; perokok sedang (11-20 batang/hari) sebanyak 38 pekerja; beban kerja yang ringan (75-100 denyut/menit) sebanyak 81 pekerja; posisi kerja yang berisiko sangat tinggi (skor 8-10) sebanyak 81 pekerja; dan masa kerja yang lama (> 10 tahun) sebanyak 63 pekerja.
3. Terdapat hubungan beban kerja dengan LBP pada pekerja penggilingan padi di Kecamatan Kemranjen Kabupaten Banyumas.
4. Terdapat hubungan posisi kerja dengan LBP pada pekerja penggilingan padi di Kecamatan Kemranjen Kabupaten Banyumas.
5. Terdapat hubungan masa kerja dengan LBP pada pekerja penggilingan padi di Kecamatan Kemranjen Kabupaten Banyumas.
6. Tidak terdapat hubungan usia dengan LBP pada pekerja penggilingan padi di Kecamatan Kemranjen Kabupaten Banyumas.
7. Tidak terdapat hubungan IMT dengan LBP pada pekerja penggilingan padi di Kecamatan Kemranjen Kabupaten Banyumas.
8. Tidak terdapat hubungan kebiasaan merokok dengan LBP pada pekerja penggilingan padi di Kecamatan Kemranjen Kabupaten Banyumas.
9. Tidak terdapat hubungan *stretching* dengan LBP pada pekerja penggilingan padi di Kecamatan Kemranjen Kabupaten Banyumas.
10. Tidak terdapat hubungan repetisi dengan LBP pada pekerja penggilingan padi di Kecamatan Kemranjen Kabupaten Banyumas.

B. Saran

1. Bagi Pekerja Penggilingan Padi

- a. Pekerja penggiling sebaiknya memiliki 2 pekerja atau lebih sehingga pada saat bekerja bisa bergantian dan membantu agar dapat mengurangi faktor yang timbul akibat beban kerja.
- b. Pekerja dengan posisi kerja yang buruk sebaiknya memperbaiki sikap tubuh saat bekerja baik saat membungkuk, mengangkat, dan mengangkut agar dapat mengurangi faktor yang timbul akibat posisi kerja. Baik dan buruknya posisi kerja dapat dilihat pada lampiran 12.
- c. Pekerja dengan masa kerja yang lama sebaiknya mengurangi kebiasaan posisi kerja yang buruk agar mengurangi intensitas terjadinya LBP pada saat bekerja.

2. Bagi Jurusan Kesehatan Masyarakat

- a. Meningkatkan penelitian dan pegabdian masyarakat terkait kesehatan kerja khususnya pada pekerja penggiling padi sebagai Upaya pengembangan ilmu.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam mengembangkan ilmu pengetahuan tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja terkait LBP.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Menjadikan penelitian ini sebagai acuan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya
- b. Pekerjaan penggilingan padi skala kecil yang masih menggunakan *manual handling* mayoritas pekerja pasti mengalami LBP sehingga jika terdapat penelitian selanjutnya yang memiliki tujuan untuk meneliti pekerja penggiling padi sebaiknya meneliti terkait kapasitas paru atau debu lingkungan yang ada di penggilingan padi.
- c. Pekerjaan penggilingan padi skala kecil mempunyai cara bekerja yang sama pada setiap penggilingannya jika terdapat penelitian selanjutnya yang memiliki tujuan yang sama sebaiknya menggunakan metode kulitatif sehingga tidak terjadi homogenitas/kesamaan pada data yang telah diperoleh.