

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Gambaran perawat di instalasi rawat inap III Rumah Sakit Margono Soekarjo (Unit Geriatri dan Paviliun Abiyasa), memiliki karakteristik jenis kelamin yang mendominasi adalah perempuan dengan jumlah 58 perawat (61,7%) sedangkan laki – laki 36 perawat (38,3%). Karakteristik usia responden lebih banyak dalam kelompok dewasa awal yaitu berjumlah 53 orang (56,4%) sedangkan usia dewasa akhir ada 41 orang (43,6%). Karakteristik IMT normal mendominasi yaitu ada 54 orang (57,4%) sedangkan karakteristik responden IMT tidak normal ada 40 orang (42,6%). Responden dengan masa kerja lama (10 tahun keatas) lebih banyak yaitu ada 52 orang (55,3%) dibandingkan dengan responden masa kerja baru (kurang dari 10 tahun) yang hanya 42 orang (44,7%). Responden dengan durasi kerja sesuai dengan ketentuan (1 – 8 jam perhari) lebih banyak yaitu 63 perawat (67%) dibandingkan dengan perawat durasi kerja melebihi ketentuan (lebih dari 8 jam perhari) yaitu 31 orang (33%). Analisis skor REBA yang mengukur postur kerja perawat mengukur bahwa lebih banyak perawat yang memiliki postur dengan nilai risiko tinggi dengan rentan skor dalam pengukuran REBA (8 - 10), yaitu berjumlah 57 responden (55,3%), sedangkan untuk responden dengan skor REBA risiko sedang (4 - 7) berjumlah 37 responden (39,4%). Pengukuran keluhan LBP menyatakan bahwa lebih banyak perawat yang mengalami keluhan LBP yaitu 52 perawat (55,3%) dibandingkan dengan perawat yang tidak memiliki keluhan LBP yaitu ada 42 perawat (44,7%).
2. Tidak terdapat pengaruh antara jenis kelamin terhadap *low back pain* di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo (Unit Geriatri dan Paviliun Abiyasa) Purwokerto.
3. Tidak terdapat pengaruh antara usia terhadap *low back pain* di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo (Unit Geriatri dan Paviliun Abiyasa) Purwokerto.
4. Tidak terdapat pengaruh antara IMT terhadap *low back pain* di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo (Unit Geriatri dan Paviliun Abiyasa) Purwokerto.

5. Terdapat pengaruh antara masa kerja terhadap *low back pain* di RSUD Margono Prof. Dr. Margono Soekarjo (Unit Geriatri dan Paviliun Abiyasa) Purwokerto.
6. Terdapat pengaruh antara durasi kerja terhadap *low back pain* di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo (Unit Geriatri dan Paviliun Abiyasa) Purwokerto.
7. Terdapat pengaruh antara postur kerja terhadap *low back pain* di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo (Unit Geriatri dan Paviliun Abiyasa) Purwokerto.
8. Faktor yang paling berpengaruh terhadap keluhan *low back pain* pada responden di RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo (Unit Geriatri dan Paviliun Abiyasa) Purwokerto, adalah faktor postur kerja.

B. Saran

1. Bagi Perawat rawat inap III RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo (Unit Geriatri dan Paviliun Abiyasa) Purwokerto

Keluhan LBP pada perawat dapat dicegah dengan mengurangi faktor risiko, yaitu dengan menerapkan posisi ergonomis saat melakukan tindakan keperawatan. Menjaga kebugaran tubuh melalui olahraga teratur dan peregangan otot selama jam kerja juga dapat membantu menurunkan risiko terjadinya LBP.

2. Bagi Manajemen RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo (Unit Geriatri dan Paviliun Abiyasa) Purwokerto

Diharapkan dapat memberikan dukungan berkelanjutan terhadap upaya pencegahan LBP, misalnya melalui penguatan sosialisasi ergonomi. Hal ini sejalan dengan upaya menciptakan lingkungan kerja yang aman dan produktif bagi tenaga kesehatan.

3. Bagi Jurusan Kesehatan Masyarakat

Walaupun materi ergonomi telah masuk dalam kurikulum, diharapkan ke depannya dapat meningkatkan penguatan praktik lapangan atau simulasi terkait ergonomi kerja tenaga kesehatan. Hal ini penting agar lulusan memiliki pemahaman yang lebih aplikatif dalam menerapkan prinsip ergonomi di lingkungan kerja yang sesungguhnya.