

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

- 5.2.1** Posisi duduk pada perkuliahan daring terhadap mahasiswa digolongkan dalam golongan tidak ergonomis dikarenakan beresiko sedang yakni sebesar 56,1%, yaitu 64 responden, kemudian posisi duduk beresiko tinggi sebanyak 50 responden dari 114
- 5.2.2** Keluhan MSDs pada mahasiswa dalam pembelajaran secara daring persentase tertinggi dari hasil Nordic kuesioner adalah nilai 85,1% dengan jumlah 97 responden yang melaporkan dan memiliki keluhan rendah, 10,5% dengan jumlah 12 responden memiliki keluhan sedang dan persentase terendah yaitu 1,8% adalah keluhan tinggi, dengan jumlah responden 2.
- 5.2.3** Hipotesa diterima yakni posisi duduk merupakan penyebab terbesar dan sangat berhubungan pada keluhan penyakit muskuloskeletal pada para mahasiswa yang mengikuti perkuliahan daring dengan nilai P Value dari uji *Man-Whitney* adalah 0,009.

5.2. Saran

5.2.1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diperlukan penelitian tambahan pada subjek dan pendekatan lain untuk mengidentifikasi keluhan gangguan muskuloskeletal secara akurat dengan menggunakan lebih banyak responden dan karakteriksiknya. mahasiswa dapat menemukan sumber daya terkait membantu. Kuliah daring dapat digunakan sebagai sumber referensi untuk belajar tentang gangguan muskuloskeletal atau MSDs melalui ergonomi.

5.2.2. Bagi Mahasiswa

Dapat dijadikan sebagai sumber referensi pembelajaran ergonomi mengenai hubungan posisi duduk dengan gangguan muskuloskeletal (MSDs) yang mengikuti kuliah daring.

5.2.3. Bagi Responden

Sebagai sumber informasi bahwa terdapat hubungan antara posisi duduk terhadap musculoskeletal disorders (MSDs). Disarankan agar orang dengan gangguan muskuloskeletal atau MSDs, mengatur waktu yang mereka habiskan untuk duduk selama kuliah daring. Hal ini karena duduk dalam satu posisi dapat menyebabkan ketegangan otot dan gangguan muskuloskeletal.