

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan dalam hasil penelitian yang dilaksanakan pada pekerja petani mengenai Hubungan Postur Kerja dengan Keluhan *Low Back Pain* (LBP) Pada Petani di Desa dusun 1 Kolam Kecamatan Percut Sei Tuan, maka dapat disimpulkan, yaitu :

1. Berdasarkan dalam hasil penelitian dilaksanakan pada petani di desa kolam dusun 1 kepada 63 petani. Responden yang mendapati postur kerja risiko tinggi berjumlah 40 responden (63,5%), dan postur kerja risiko sangat tinggi sebanyak 23 (36,5%).
2. Berdasarkan dalam hasil penelitian dilaksanakan pada petani di Desa Kolam Dusun 1. Responden yang mengalami keluhan *Low Back Pain* (LBP) yaitu keluhan ringan sebanyak 27 responden (42,9%) dan keluhan tinggi sebanyak 36 responden (57,1%).
3. Berdasarkan dalam hasil penelitian postur kerja risiko tinggi dengan keluhan *Low Back Pain* (LBP) tinggi yaitu sebanyak 18 responden (78,3%) dan 22 responden (55,0%) menderita keluhan LBP rendah. Sedangkan, pada postur kerja risiko sangat tinggi terdapat 18 responden (45%) yang mengalami keluhan *low back pain* tinggi, dan 5 responden (21,7%) yang merasakan keluhan *low back pain* keluhan ringan.
4. Berdasarkan dari *fisher exact test* dalam Uji *Chi-square* yaitu $P\text{-value}=0,017 < 0,005$ yaitu ada hubungan yang signifikan dengan keluhan *low back pain*

5.2 Saran

1. Kepada Petani di Desa Kolam dusun 1, sebelum melakukan pekerjaan sebaiknya petani terlebih dahulu lakukan perengangan kecil (*streaching*) berguna untuk mencegah kekuatan otot ketika melakukan pekerjaan.
2. Jika terdapat keadaan tidak sanggup dalam menambahkan kontrol hanya mempertimbangkan limitasi finansial, hal tersebut dapat dilakukan yaitu menjaga posisi badan yang baik atau nyaman saat melakukan pekerjaan supaya posisi badan menjadi

aman dan sebaiknya juga lakukanlah pemanasan terlebih dahulu supaya tidak mendadak stamina terbangun.

3. Kepada petani khususnya mengamati posisi badan yang ergonomis dan rileks dalam pekerja dari postur kerja yang tidak alamiah yang dapat mempengaruhi terjadinya keluhan LBP
4. Untuk penelitian selanjutnya, dapat di jadikan referensi yang bertautan dengan penelitian ini yang berhubungan dengan postur kerja dengan keluhan *Low Back Pain* (LBP).

