

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan data dan hasil penelitian yang dilakukan, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada nelayan Kampung Tambaklorok Kelurahan Tanjung Mas Kecamatan Semarang Utara pada 88 nelayan. Usia pada responden lebih banyak yang memiliki usia berisiko (≥ 35 tahun) yaitu sebanyak 79 orang (89,8%), lebih banyak responden dengan beban kerja berisiko (≥ 25 kg) yaitu sebanyak 76 orang (87,4%), lebih banyak responden dengan massa kerja berisiko (≥ 5 tahun) yaitu sebanyak 71 orang (81,6%), lebih banyak responden dengan postur kerja berisiko yaitu sebanyak 68 orang (78,2%), dan lebih banyak responden dengan lama kerja berisiko (≥ 8 jam) yaitu sebanyak 64 orang (73,6%).
2. Terdapat hubungan antara usia dengan kejadian *Low Back Pain* pada nelayan Kampung Tambaklorok Kelurahan Tanjung Mas Kecamatan Semarang Utara ($p = 0,012$ ($p\text{-value} < 0,05$)).
3. Terdapat hubungan antara beban kerja dengan kejadian *Low Back Pain* pada nelayan Kampung Tambaklorok Kelurahan Tanjung Mas Kecamatan Semarang Utara ($p = 0,001$ ($p\text{-value} < 0,05$)).
4. Terdapat hubungan massa kerja dengan kejadian *Low Back Pain* pada nelayan Kampung Tambaklorok Kelurahan Tanjung Mas Kecamatan Semarang Utara ($p = 0,000$ ($p\text{-value} < 0,05$)).
5. terdapat hubungan antara postur kerja dengan *Low Back Pain* pada nelayan Kampung Tambaklorok Kelurahan Tanjung Mas Kecamatan Semarang Utara ($p = 0,000$ ($p\text{-value} < 0,05$)).
6. Terdapat hubungan antara lama kerja dengan kejadian *Low Back Pain* pada nelayan Kampung Tambaklorok Kelurahan Tanjung Mas Kecamatan Semarang Utara ($p = 0,000$ ($p\text{-value} < 0,05$)).

B. Saran

1. Bagi Peneliti

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian mengenai analisis penyebab kejadian *Low Back Pain* untuk mengetahui penyebab paling dominan dan memberikan edukasi secara langsung kepada responden terkait solusi atau pencegahannya serta penelitian ini dapat menjadi referensi mengenai kejadian *Low Back Pain*.

2. Bagi Institusi

Bagi institusi diharapkan dapat menjadi bahan kajian pustaka mengenai analisis fakto penyebab terjadinya kejadian *Low Back Pain* pada nelayan.

3. Bagi Responden

Bagi responden diharapkan dapat mempelajari postur kerja yang baik untuk mengurangi resiko terjadinya *Low Back Pain*. Postur kerja yang baik bagi responden yaitu saat mengangkat beban tekuk lutut, jaga beban sedekat mungkin dengan tubuh, hindari memutar tubuh saat mengangkat beban, saat menarik jaring gunakan kekuatan kaki dan lengan, hindari membungkuk berlebih, dan jika memungkinkan menggunakan alat bantu untuk mengurangi beban.