BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan antara Beban Kerja dengan Kejadian Low Back Pain pada Perawat di Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUD dr. H. Jusuf SK Kota Tarakan, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik responden menunjukkan bahwa sebagian besar perawat di Instalasi Bedah Sentral (IBS) berada pada kelompok usia 36–45 tahun (dewasa madya), berjenis kelamin perempuan, memiliki jam kerja lebih dari 8 jam per hari, serta masa kerja ≥ 11 tahun.
2. Perawat di Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUD dr. H. Jusuf SK memiliki beban kerja berat, yaitu sebesar 87,2%.
3. Perawat di Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUD dr. H. Jusuf SK mengalami Low Back Pain, yaitu sebesar 87,2%.
4. Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan kejadian Low Back Pain pada perawat di Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUD dr. H. Jusuf SK, dengan nilai p-value = 0,000 ($p < 0,05$). Perawat dengan beban kerja berat seluruhnya mengalami Low Back Pain, sedangkan perawat dengan beban kerja sedang seluruhnya tidak mengalami Low Back Pain.

B. Saran

1. Bagi Manajemen Rumah Sakit

   Diharapkan pihak manajemen RSUD dr. H. Jusuf SK dapat melakukan evaluasi dan pengaturan beban kerja perawat di Instalasi Bedah Sentral (IBS), khususnya dalam pembagian jam kerja dan jumlah tenaga per shift, guna mengurangi risiko terjadinya Low Back Pain. Selain itu, perlu dilakukan upaya pencegahan seperti penyediaan alat bantu ergonomis dan pelatihan ergonomi kerja bagi perawat.

2. Bagi Perawat

   Perawat di Instalasi Bedah Sentral (IBS) diharapkan dapat meningkatkan kesadaran akan pentingnya menjaga postur kerja yang ergonomis, melakukan peregangan otot secara rutin, serta memanfaatkan waktu istirahat dengan baik untuk mengurangi keluhan Low Back Pain.

3. Bagi Tenaga Kesehatan dan Manajemen Keperawatan

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam penyusunan kebijakan keselamatan dan kesehatan kerja (K3), terutama yang berkaitan dengan pencegahan gangguan muskuloskeletal akibat beban kerja yang berlebihan pada perawat di ruang operasi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Diharapkan penelitian selanjutnya dapat mengembangkan variabel lain yang berhubungan dengan Low Back Pain, seperti postur kerja, ergonomi lingkungan kerja, indeks massa tubuh (IMT), aktivitas fisik, dan faktor psikososial.