

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

1. Angka kejadian LBP pada tenaga kerja perusahaan pengolahan teh PT. “X” di kota Garut sebesar 96,67 %.
2. Sebagian besar tenaga kerja memilih untuk memijat bagian tubuh yang nyeri untuk menghilangkan gejala LBP.
3. Waktu tersering yang dibutuhkan dari mulai bekerja hingga timbulnya gejala LBP adalah 2 – 3 jam.
4. Seluruh tenaga kerja dapat melakukan aktivitasnya sehari-hari tanpa terganggu oleh gejala LBP yang timbul.

5.2 Saran

1. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui :
 - Seberapa besar pengaruh posisi tubuh saat bekerja terhadap prevalensi LBP.
 - Apakah terdapat penyakit lain yang timbul selain LBP pada PT. “X”.
2. Bagi tenaga kerja dengan posisi duduk di lantai, sebaiknya diberikan meja kerja dan kursi kerja, dengan waktu istirahat kurang lebih 30 menit setelah 4 jam bekerja.
3. Bagi perusahaan, diharapkan melakukan cek kesehatan tenaga kerjanya secara rutin, agar tidak terjadi kecelakaan saat bekerja, yang dapat membuat kualitas kerja menurun.