

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil yang didapatkan tentang hubungan postur kerja dan durasi mengemudi dengan keluhan nyeri punggung bawah di Kota Padang Tahun 2023, dapatdi tarik kesimpulan diantaranya:

1. Sebanyak 16 (39,0%) sopir angkot mempunyai keluhan nyeri punggung bawah di Kota Padang Tahun 2023.
2. Sebanyak 22 (53,7%) sopir angkot mempunyai postur kerja berisiko di Kota Padang Tahun 2023
3. Sebanyak 19 (46,3%) sopir angkot mempunyai durasi mengemudi berisiko di Kota Padang Tahun 2023.
4. Terdapat hubungan postur kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada sopirangkot di Kota Padang Tahun 2023 dengan nilai  $p = 0,012$  ( $p < 0,05$ ).
5. Terdapat hubungan durasi mengemudi dengan keluhan nyeri punggung bawah pada sopir angkot di Kota Padang Tahun 2023 dengan nilai  $p = 0,009$  ( $p < 0,05$ ).

## **B. Saran**

### **1. Bagi Dinas Perhubungan Kota Padang**

Diharapkan Dinas Perhubungan bekerja sama dengan Puskesmas Padang Pasir untuk mengadakan kampanye kesadaran kesehatan bagi sopir angkot. Kampanye ini dapat melibatkan penyuluhan mengenai pentingnya menjaga postur yang benar saat mengemudi dan mengelola waktu mengemudi yang baik. Selain itu, Dinas Perhubungan dapat mengembangkan program pelatihan ergonomi yang ditujukan khusus untuk sopir angkot. Pelatihan ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan tentang postur kerja yang baik dan pengelolaan durasi mengemudi yang sehat, sehingga dapat mengurangi risiko terjadinya keluhan nyeri punggung bawah.

### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan dapat menjadi pedoman dalam melakukan penelitian lebih lanjut dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan keluhan nyeri punggung bawah seperti masa kerja, beban kerja, dan IMT (indeks massa tubuh).