

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Setelah melakukan penelitian mengenai kejadian LBP pada dosen selama masa pandemic covid-19 di lingkungan Universitas Jambi tahun 2021, maka dapat ditarik kesimpulan:

1. Responden dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 60 orang. Dari 60 orang dosen, sebanyak 37 (61.7%) orang menderita LBP dengan tingkat keluhan Minimal Disability dan 23 (38.3%) orang menderita *low back pain* dengan tingkat keluhan Moderate Disability. Mayoritas responden berusia >30 Tahun yaitu sebanyak 48 orang (80%). Sebagian besar responden sudah bekerja >10 tahun yaitu sebanyak 29 orang (48.3%), sebagian lainnya masih bekerja <6 tahun yaitu sebanyak 23 orang (38.3). Mayoritas responden bekerja >8 jam perharinya yaitu sebanyak 31 orang (51.7%). Sebagian besar responden memiliki IMT gemuk >25.0 yaitu sebanyak 31 orang (51.7%) dan sebagian lainnya memiliki IMT normal 18.0-25.0 yaitu sebanyak 28 orang (46.7%)
2. Hasil penelitian ini, terdapat hubungan antara umur dengan kejadian *low back pain* pada dosen di lingkungan Universitas Jambi Tahun 2021. P-value = 0.020, PR 9.308; 95%CI= 1.112-77.885
3. Hasil penelitian ini, terdapat hubungan antara masa kerja dengan kejadian *low back pain* pada dosen di lingkungan Universitas Jambi Tahun 2021. P-value = 0.000, PR 0.68; 95%CI= 0.016-287
4. Hasil penelitian ini tidak terdapat hubungan antara lama kerja dengan kejadian *low back pain* pada dosen di lingkungan Universitas Jambi Tahun 2021. P-value = 0.118, PR 2.461; 95%CI= 0.838-7.223
5. Hasil penelitian ini tidak terdapat hubungan antara status gizi (IMT) dengan kejadian *low back pain* pada dosen di lingkungan Universitas Jambi Tahun 2021. P-value = 0.122, PR 0.427; 95%CI= 0.145-1.25

5.2 Saran

1. Bagi Dosen sebagai subjek penelitian

- a. Agar dosen lebih menjaga pola hidup sehat dan membagi waktu antara pekerjaan dan istirahat.
- b. Jika memerlukan waktu yang lama untuk duduk saat bekerja, pastikan bahwa lutut sejajar dengan paha.
- c. Jika memang harus berdiri terlalu lama, letakkanlah salah satu kaki pada bantalan kaki secara bergantian. Beranjaklah sejenak untuk mengubah posisi secara periodik.

2. Bagi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Diharapkan Fakultas Kesehatan untuk melakukan penyuluhan tentang penyakit *musculoskeletal* dan *low back pain* serta bahayanya bagi kesehatan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti atau penelitian selanjutnya untuk menambah variable penelitian, menambah jumlah responden, atau menggunakan metode penelitian yang berbeda agar bisa menambah informasi dari kacamata yang berbeda dan menambah wawasan pembaca.