

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pengendara ojek online di Kota Jambi lebih banyak pengendara dengan jenis kelamin laki-laki, dengan rentang usia 18-40 tahun, masa kerja <4 tahun, dan lama kerja ≥ 8 jam.
2. Sebanyak 56 responden dari 100 responden mengalami CTS.
3. Pengendara ojek *online* di Kota Jambi yang mengalami CTS paling banyak mengalami nyeri pergelangan tangan.
4. Pengendara ojek *online* di Kota Jambi paling banyak mengalami derajat keparahan ringan dan sedang serta derajat fungsional ringan.
5. Terdapat hubungan antara usia dengan CTS pada pengendara ojek *online* di Kota Jambi).
6. Tidak ada hubungan bermakna antara Indeks Massa Tubuh dengan CTS pada pengendara ojek *online* di Kota Jambi.
7. Terdapat hubungan pada pengendara ojek *online* dengan masa kerja ≥ 4 tahun mengalami CTS.
8. Terdapat hubungan pada pengendara ojek dengan lama kerja >8 Jam yang mengalami CTS.

5.2 Saran

1. Bagi pengendara ojek *online* sebagai upaya menghindari terjadinya keluhan CTS disarankan agar pengendara ojek melakukan gerakan pemanasan pada pergelangan tangan selama lima menit agar dapat mengurangi risiko munculnya keluhan CTS.
2. Bagi masyarakat diharapkan dapat menghindari faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian CTS.