

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Setelah peneliti menyelesaikan penelitian terhadap para Pengrajin Batik di Kecamatan Danau Teluk, Kota Jambi, kesimpulan yang telah peneliti ambil adalah :

1. Dari keseluruhan pengrajin yang diteliti yaitu sebanyak 30 pengrajin, disimpulkan bahwa, Proporsi dari pengrajin yang mengalami *Low Back Pain* adalah 66,7%, pengrajin memiliki Usia berisiko (>35 tahun) adalah 80%, pengrajin yang memiliki risiko Postur Kerja Sedang adalah 76,7%, pengrajin yang bekerja dengan Lama Kerja normal (≤ 7 jam per hari) adalah 73,7%, pengrajin dengan Masa Kerja lama (≥ 10 tahun) sebanyak 73,3% , pengrajin yang bekerja dengan Repetisi sedang (≥ 11 kali per menit) adalah 66,7%, dan pengrajin dengan tingkat Pencahayaan yang sesuai adalah 56,7%.
2. Ada hubungan Usia dengan kejadian *Low Back Pain* terhadap pengrajin batik, yaitu *P-value* 0,04 dan nilai PR = 4,75 artinya Usia pengrajin ≥ 35 tahun berisiko 4,75 kali lebih besar mengalami keluhan *Low Back Pain*.
3. Ada hubungan Postur Kerja dengan kejadian *Low Back Pain* terhadap pengrajin batik yaitu *P-value* 0,015 dan nilai PR = 2,73 artinya Postur Kerja Risiko Sedang berisiko 2,73 kali lebih besar mengalami keluhan *Low Back Pain*.
4. Tidak ada hubungan Lama Kerja dengan kejadian *Low Back Pain* terhadap pengrajin batik yaitu *P-value* 0,234 dan nilai PR = 0,6.
5. Ada hubungan Masa Kerja dengan kejadian *Low Back Pain* terhadap pengrajin batik yaitu *P-value* 0,04 dan nilai PR = 3,27 artinya Masa Kerja Pengrajin ≥ 10 tahun berisiko 3,27 kali lebih besar mengalami keluhan *Low Back Pain*.
6. Ada hubungan Repetisi dengan kejadian *Low Back Pain* terhadap pengrajin batik yaitu *P-value* 0,028 dan nilai PR = 2,0 artinya Repetisi Tingkat Sedang berisiko 2 kali lebih besar mengalami keluhan *Low Back Pain*.

7. Tidak ada hubungan Pencahayaan dengan kejadian *Low Back Pain* terhadap pengrajin batik yaitu *P-value* 0,794 dan nilai PR = 1,07.

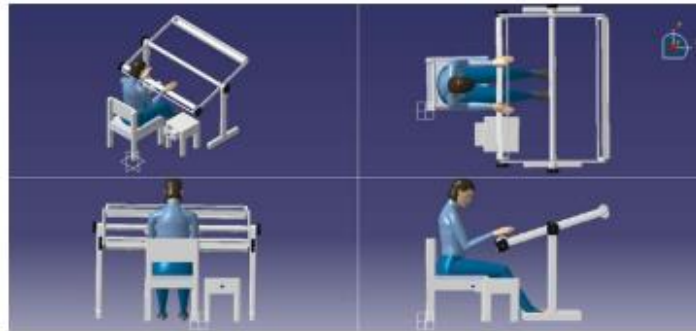
5.2 Saran

Berdasarkan dari hasil penelitian dan kesimpulan, peneliti memiliki beberapa saran bagi Pengrajin Batik di Kecamatan Danau Teluk, Kota Jambi, bagi Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat, serta bagi Penelitian Selanjutnya, sebagai berikut :

1. Bagi Pengrajin Batik di Kec. Danau Taluk, Kota Jambi
 - a. Melakukan peregangan otot saat telah melakukan pekerjaan tiap 90-120 menit (1 jam 30 menit – 2 jam) kerja, karna posisi pekerjaan yang monoton, peregangan harus dilakukan agar otot tidak kaku dan menurunkan gejala *Low Back Pain*. Selain itu, pengrajin harus merelaksasi pergelangan tangan dan menurunkan intensitas repetisi bekerja apabila dirasa pegal dan tidak nyaman pada bagian tersebut.
 - b. Menggunakan meja saat membatik, agar posisi pengrajin batik tidak telalu membungkuk secara terus menerus, agar tidak terdapat penekanan pada bagian punggung.
 - c. Pengrajin yang mengalami *Low Back Pain*, selain mengurangi intensitas bekerja, juga harus melakukan pemeriksaan di pelayanan kesehatan agar mendapatkan pengobatan yang tepat.
 - d. Bagi Pengrajin yang sudah bekerja >10 tahun, sebaiknya mengkonsumsi makanan dan minuman yang mengandung kalsium tinggi, untuk menjaga kekuatan tulang dan otot pada tubuh pengrajin, selain itu diharapkan pengrajin juga lebih memperhatikan kondisi fisiknya.
 - e. Perancangan stasiun kerja membatik
Pengrajin dapat membuat disain tempat kerja dengan menggunakan gawangan atau tempat untuk peletakan kain batik saat akan dibatik,

menggunakan kursi dan tatakan/meja kompor yang sesuai seperti gambar berikut⁴⁵ :

- **Gawangan**



Stasiun Kerja yang diusulkan menempatkan gawangan tepat berada didepan pembatik untuk mengurangi perputaran yang terjadi pada tubuh dan leher sehingga dapat mengurangi risiko cedera pada bagian tubuh tersebut. Selain itu, posisi mata dapat lebih rileks, sehingga pada saat membatik dapat lebih fokus dan tidak cepat lelah karena gawangan yang terletak. Kemudian, stasiun kerja yang diusulkan menambahkan meja pada kompor sehingga pembatik tidak perlu membungkuk atau menunduk mencapai wajan yang terletak diatas kompor dan risiko cedera pada bagian tubuh tersebut dapat berkurang. Ukuran Gawangan memiliki tinggi sekitar 77 cm, kemudian dari sisi peletakan kain batik, kain batik cukup dipasang melingkari roll pada penyangga batik dan kedua ujungnya dijepit. Setelah itu, kain dapat diputar menggunakan pemutar yang berada di bagian bawah kiri dan kanan penyangga batik, sehingga pembatik lebih mudah pada saat perpindahan kain yang akan diberi lilin. Hal tersebut dilakukan untuk mengurangi aktivitas pada tangan sehingga risiko cedera pada tangan dapat berkurang. Pada penyangga tengah ada pemutar untuk mengatur kemiringan dari penyangga batik supaya pas dengan pandangan mata pembatik, sehingga pembatik tidak perlu membungkuk atau menunduk pada saat membatik.

- **Kursi**



Disain kursi menggunakan sandaran pinggang digunakan untuk menjaga pinggang tetap tegak dan menjadi tempat rehat untuk pinggang. Bantalan kursi yang digunakan adalah busa bantalan yang tebalnya 3,8 cm dengan beban maksimal 78 kg. Untuk panjang kaki disesuaikan dengan panjang dari pantat ke lipatan lutut bagian dalam yaitu 53.3cm kemudian lebarnya disesuaikan dengan rentang panggul yaitu 44,7cm. Kursi memiliki tinggi 34,5cm, hal tersebut dilakukan untuk mengurangi beban pada kaki.

- **Meja Kompur**



Untuk tinggi kompor sendiri tidak ada ketentuan khusus tetap disesuaikan dengan tinggi siku pengrajin batik pada saat duduk dan jaraknya disesuaikan sesuai kenyamanan pengrajin.

2. Bagi Ilmu Kesehatan Masyarakat

Dapat menjadi bahan pertimbangan untuk pengembangan ilmu pengetahuan, serta sebagai batu pijakan untuk penelitian selanjutnya, selain itu juga sebagai bahan referensi bacaan serta pengerjaan tugas kuliah khususnya pada bidang Ergonomi.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi penelitian selanjutnya yang berniat meneliti dengan penelitian yang serupa, diharapkan dapat menyertakan lebih banyak responden supaya lebih rinci dan mereka lebih baik untuk diteliti dari berbagai faktor, dan juga diharapkan terdapat penelitian lebih lanjut yang menggunakan metode lain dan penambahan variabel faktor lain yang tidak termasuk dalam penelitian ini.