

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan beberapa hal, sebagai berikut:

1. Karakteristik petani sawah di Kecamatan Bathin III, Kabupaten Bungo 2022 memiliki usia paling banyak antara 36-45 tahun, jenis kelamin didominasi oleh perempuan dengan lama kerja paling banyak ≤ 8 jam dan masa kerja >5 tahun, sedangkan IMT paling banyak dimiliki petani dengan interpretasi normal.
2. Hampir keseluruhan petani sawah di Kecamatan Bathin III, Kabupaten Bungo pada tahun 2022 memiliki keluhan *low back pain* (LBP) dengan jenis nyeri paling banyak yaitu nosiseptif.
3. Intensitas aktivitas fisik pada petani sawah dengan keluhan *low back pain* didominasi dengan jenis intensitas berat.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini maka peneliti ingin memberikan saran sebagai berikut:

5.2.1 Peneliti selanjutnya

- Meneliti lebih spesifik aktivitas fisik dari sikap kerja petani sawah dengan keluhan *low back pain*.
- Dapat menggunakan metode *Rapid Entry Body Assesment* (REBA) untuk menilai sikap kerja pada orang dengan keluhan *low back pain*.

5.2.2 Dinas Tanaman Pangan, Hortikultura dan Perkebunan Kabupaten Bungo

- Menyediakan alat tanam padi *Rice Transplanter* untuk para petani di Kecamatan Bathin III Kabupaten Bungo agar dalam proses penanaman posisi bekerja lebih ergonomis.
- Melakukan edukasi kepada para petani terkait posisi tidak ergonomis dari sikap kerja metode tanam manual.

5.2.3 Masyarakat

- Petani sawah dapat memperhatikan kesehatan terutama pada *low back pain* yang dapat mengganggu efektivitas kerja dengan beristirahat apabila sudah merasa melakukan aktivitas yang berat.
- Kelompok tani dapat mengajukan permohonan penyediaan fasilitas alat tanam *Rice Transplanter* agar bisa membantu para petani dalam menghindari posisi tidak ergonomis.