

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Setelah peneliti selesai melakukan penelitian pada Dokter Gigi Umum Praktik Mandiri di Kota Jambi pada Tahun 2024, kesimpulan yang diambil peneliti adalah:

1. Prevalensi responden dengan keluhan nyeri punggung bawah (NPB) sebanyak 42 orang (60%), usia tua (≥ 30 tahun) sebanyak 37 orang (52,9%), ada memiliki riwayat penyakit sebanyak 4 orang (5,7%), IMT tidak normal sebanyak 34 orang (48,6%), dokter gigi perempuan sebanyak 55 orang (78,6%), dengan mengalami stress kerja sebanyak 70 orang (100%), dan dokter gigi dengan masa kerja lama (berisiko > 5 tahun) sebanyak 25 orang (35,7%).
2. Ada hubungan antara usia dengan keluhan nyeri punggung bawah pada dokter gigi umum praktik mandiri di Kota Jambi ($p\text{-value} < 0,001$)
3. Tidak ada hubungan antara jenis kelamin dengan keluhan nyeri punggung bawah pada dokter gigi umum praktik mandiri di Kota Jambi ($p\text{-value} = 0,372$)
4. Ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan keluhan nyeri punggung bawah pada dokter gigi umum praktik mandiri di Kota Jambi ($p\text{-value} < 0,001$)
5. Ada hubungan antara masa kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada dokter gigi umum praktik mandiri di Kota Jambi ($p\text{-value} < 0,001$)
6. Tidak ada hubungan antara riwayat penyakit tulang dengan keluhan nyeri punggung bawah pada dokter gigi umum praktik mandiri di Kota Jambi ($p\text{-value} = 0,645$)
7. Ada korelasi positif antara stress kerja dengan keluhan nyeri punggung bawah pada dokter gigi umum praktik mandiri di Kota Jambi ($p\text{-value} = 0,006$)

5.2 Saran

Merujuk pada hasil dan kesimpulan penelitian, maka peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Dokter Gigi

- a. Melakukan aktivitas olahraga rutin untuk menurunkan berat badan yang sudah terbilang obesitas agar dapat memiliki posisi duduk yang baik dan ergonomis dan untuk dokter gigi yang indeks masa tubuh underweight bisa mengkonsumsi makanan bergizi agar meningkatkan berat badan untuk mencapai batas normal agar dapat mengurangi risiko nyeri yang ada pada daerah punggung bawah.
- b. Mengurangi jam kerja, melakukan istirahat dengan cukup dan memiliki waktu untuk bersantai dan rekreasi agar mengurangi stress kerja dan mencegah keluhan nyeri punggung bawah

2. Bagi Prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat

Diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi perkembangan ilmu pengetahuan, sebagai acuan untuk penelitian lebih lanjut dan sebagai bahan referensi bacaan dalam mengerjakan tugas mata kuliah.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian selanjutnya dapat menelusuri lebih dalam mengenai Nyeri Punggung Bawah (NPB) dan meneliti lebih lanjut mengenai faktor risiko lain yang tidak dibahas pada penelitian ini. Selain itu, diharapkan penelitian selanjutnya dapat melakukan pemeriksaan medis lebih menyeluruh terkait diagnosis LBP pada dokter gigi.