

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh penggunaan kursi ergonomi dari ban bekas terhadap keluhan nyeri punggung bawah dalam proses mencanting pada pengrajin batik tulis di Giriloyo dengan nilai sig 0.000 (Sig. <0.05).
2. Rata-rata penurunan tingkat keluhan nyeri punggung bawah pengrajin batik tulis di Industri Batik Tulis Giriloyo yaitu sebesar 4.61% sebelum menggunakan kursi ergonomi dari ban bekas.
3. Rata-rata penurunan tingkat keluhan nyeri punggung bawah pengrajin batik tulis di Industri Batik Tulis Giriloyo yaitu sebesar 25.181% setelah menggunakan kursi ergonomi dari ban bekas.

#### **B. Saran**

1. Bagi Pekerja Industri Kerajinan Batik Tulis Giriloyo Bagian Mencanting
  - a. Pekerja disarankan membiasakan diri untuk melakukan aktivitas fisik yang cukup dan olahraga yang teratur seperti berenang, bersepeda dan berjalan untuk menjaga berat badan dan kekuatan otot untuk mencegah terjadinya keluhan nyeri punggung bawah. Olahraga dilakukan 3x/minggu selama minimal 30 menit.
  - b. Pekerja disarankan untuk memaksimalkan waktu istirahat baik saat jam istirahat kerja ataupun setelah selesai bekerja (jam pulang).

## 2. Bagi Industri Kerajinan Batik Tulis Giriloyo

Menyediakan kursi ergonomi untuk pekerja agar pekerja merasa nyaman ketika bekerja dan mengurangi munculnya keluhan nyeri punggung bawah.

## 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai variabel yang berhubungan dengan keluhan nyeri punggung bawah seperti faktor lingkungan (getaran dan suhu tempat kerja) dan faktor psikologis (pemilihan dan penempatan tenaga kerja, serta hubungan sosial tenaga kerja baik antar pekerja atau dengan atasan dan keluarga).