

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh edukasi digital terhadap pengetahuan ergonomis kerja perawat Rumah Sakit Bhayangkara TK II Sartika Asih Kota Bandung, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Pengetahuan ergonomis kerja perawat sebelum diberikan edukasi digital menunjukkan bahwa sebanyak (47,5%) hampir separuhnya responden memiliki pengetahuan baik, (25%) sebagian kecil responden memiliki pengetahuan cukup, dan (27,5%) hampir separuhnya responden memiliki pengetahuan kurang.
2. Pengetahuan ergonomis kerja perawat setelah diberikan edukasi digital menunjukkan bahwa sebanyak (77,5%) hampir seluruhnya responden memiliki pengetahuan baik, (17,5%) sebagian kecil responden memiliki pengetahuan cukup, dan hanya (5%) sebagian kecil responden memiliki pengetahuan kurang.
3. Setelah dianalisis menggunakan Uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), artinya H_a diterima, terdapat pengaruh yang signifikan dari edukasi digital terhadap peningkatan pengetahuan ergonomis kerja dalam meminimalisir kejadian nyeri *low back pain* pada perawat di Rumah Sakit Bhayangkara TK II Sartika Asih Kota Bandung.

5.2 Saran

Berdasarkan manfaat penelitian yang diharapkan dari hasil penelitian yang telah diperoleh, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Perawat

Perawat diharapkan dapat menerapkan pengetahuan ergonomis kerja yang telah diperoleh melalui edukasi digital dalam aktivitas sehari-hari,

terutama dalam hal mengangkat pasien, mempertahankan postur tubuh yang benar saat bekerja, serta menggunakan alat bantu secara optimal untuk mengurangi risiko terjadinya nyeri punggung bawah dan meningkatkan kualitas serta kenyamanan kerja.

2. Bagi Instansi

Pihak Rumah Sakit disarankan untuk mengintegrasikan edukasi ergonomi secara berkala melalui media digital sebagai bagian dari pelatihan dan pembinaan rutin perawat. Instansi juga dapat menyediakan fasilitas kerja yang ergonomis serta melakukan evaluasi berkala terhadap implementasi ergonomi di setiap unit pelayanan.

3. Bagi Keperawatan

Diharapkan penelitian ini menjadi dasar untuk meningkatkan peran perawat sebagai promotor kesehatan kerja. Program pendidikan keperawatan dapat menambahkan materi ergonomi kerja dalam kurikulum pembelajaran, serta mendorong pelaksanaan praktik kerja yang ergonomis sebagai bagian dari standar asuhan keperawatan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan studi ini dengan menambahkan variabel lain seperti perilaku atau sikap kerja, serta menggunakan desain penelitian dengan kelompok kontrol untuk memperkuat hasil. Penelitian lanjutan juga dapat mengukur dampak jangka panjang dari edukasi digital terhadap penurunan kejadian LBP secara langsung di lapangan kerja.