

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. sebagian besar *Body Aligment* buruh di pelabuhan Wani II adalah buruk.
2. sebagian besar buruh di pelabuhan Wani II mengalami *Low Back Pain*
3. Ada hubungan antara perilaku *Body Aligment* dengan kejadian *Low Back Pain* pada pekerja buruh di pelabuhan Wani II

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian hubungan perilaku *Body Aligment* dengan kejadian *Low Back Pain* pada pekerja buruh di pelabuhan Wani II, maka perlu kiranya:

1. Bagi Ilmu Pengetahuan

Diharapkan penelitian ini bisa menambah referensi dan pengetahuan bagi pembaca untuk dapat dijadikan acuan, bahwa *Body Aligment* atau posisi tubuh saat berkerja bahwa posisi tubuh yang kurang baik dalam berkerja dapat meningkatkan keluhan *Low Back Pain*, sehingga hal ini kedepanya bisa di perhatikan lagi.

2. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat agar penelitian ini menjadi pengetahuan bahwa pentingnya untuk menjaga posisi-posisi tubuh yang baik agar *Low Back Pain* dapat di kurangi atau di minimalisir.

3. Bagi Pelabuhan Wani II

Diharapkan bagi lokasi penelitian perlu menggunakan penambahan alat bantu untuk mengangkut barang sehingga *Low Back Pain* dapat di hindari atau di kurangi.