

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan Penelitian

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, maka dapat diambil kesimpulan bahwa:

- a. Pada penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti menunjukkan data bahwa terdapat adanya pengaruh sikap kerja, beban kerja yang dibawa, dan IMT terhadap keluhan NPB, sedangkan tidak terdapatnya pengaruh fleksibilitas dengan keluhan NPB.
- b. Penelitian ini menunjukkan intensitas NPB pada responden berdasarkan skor *Oswestry Disability Index* (ODI) 41%-60% dengan kategori *severe disability* artinya pasien mengalami nyeri sebagai keluhan utama pada aktivitas sehari-hari sehingga memerlukan pemeriksaan lebih lanjut.
- c. Terdapat banyak adanya buruh angkut dengan sikap kerja yang tidak ergonomis dengan *tap neck position 20° flexion, neck twist, dan neck side bending*. Bagian tubuh dengan *tap trunk position 20°-60° flexion, dan trunk side bending*. Bagian kaki dengan posisi $>60^\circ$. Bagian *upper arm abducted, shoulder raised*, gerakan terjadi secara berulang dan posisi awal tidak stabil. Beban kerja yang dibawa oleh responden rata rata dengan berat beban >20 kg. IMT >25 banyak ditemukan pada responden. Dan responden banyak ditemukan dengan fleksibilitas baik sekali.
- d. Terdapat pengaruh antara sikap kerja dengan keluhan NPB pada buruh angkat di Pasar Induk Jakarta Timur.
- e. Terdapat pengaruh antara beban kerja dengan keluhan NPB pada buruh angkat di Pasar Induk Jakarta Timur.
- f. Terdapat pengaruh antara IMT dengan keluhan NPB pada buruh angkat di Pasar Induk Jakarta Timur.

- g. Tidak terdapat pengaruh antara fleksibilitas lumbal dengan keluhan NPB pada buruh angkat di Pasar Induk Jakarta Timur.

V.2 Saran Penelitian

V.2.1 Bagi Responden

Penelitian ini menunjukkan bahwa sikap kerja, beban kerja yang dibawa, dan IMT memiliki pengaruh dengan keluhan NPB pada buruh angkat. Bagi responden untuk memperhatikan sikap saat bekerja, memperhatikan berat beban angkut sesuai standar undang-undang yang telah ditetapkan secara nasional dan memantau berat badan agar sesuai dengan kategori IMT normal.

V.2.2 Pasar Induk Jakarta Timur

Pasar Induk Jakarta Timur tepatnya pada penelitian ini dilakukan pada Pasar Induk beras dan palawija Cipinang. Harus memperhatikan sikap buruh angkat dalam bekerja, memperhatikan batasan-batasan angkat perorangan yang telah ditetapkan. Untuk mengurangi risiko terjadinya penyakit akibat kerja salah satu diantaranya adalah keluhan NPB dan menciptakan kenyamanan pada buruh angkat dalam bekerja dan kualitas dalam bekerja secara maksimal.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan dapat melakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi keluhan NPB yang belum diteliti dalam penelitian ini seperti usia, masa kerja, status sosial dan banyak faktor risiko lainnya yang dapat mempengaruhi keluhan NPB.