

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Kesimpulan dapat diketahui dari hasil dan pembahasan penelitian yang dilakukan diantaranya:

- a. Distribusi frekuensi diketahui bahwa keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) kategori sedang paling banyak dirasakan oleh pekerja *finishing*.
- b. Mayoritas postur kerja yang dimiliki oleh pekerja *finishing* memiliki risiko terjadinya keluhan MSDs dengan tingkat risiko paling banyak terdapat pada kategori sedang sejumlah 49 responden (75,4%).
- c. Distribusi frekuensi diketahui bahwa mayoritas responden memiliki usia ≤ 30 tahun (53,8%). Proporsi masa kerja < 6 bulan lebih banyak yaitu 33 responden (50,8%). Hampir semua pekerja *finishing* memiliki durasi kerja lebih dari 8 jam per hari sejumlah 47 responden (72,3%). Pada kebiasaan merokok, jumlah responden yang merokok lebih dominan yaitu 54 orang (83,1%). Jumlah kebiasaan responden yang berolahraga ≥ 1 kali seminggu adalah 55 (84,6%) lebih banyak dibandingkan yang tidak berolahraga.
- d. Pada faktor individu, yaitu usia ($p\text{-value}=0,026$, $\text{POR}=0,273$) dan durasi kerja ($p\text{-value}=0,008$, $\text{POR}=5,547$) memiliki hubungan dengan terjadinya keluhan MSDs. Sedangkan, masa kerja ($p\text{-value}=0,720$, $\text{POR}=0,737$), kebiasaan merokok ($p\text{-value}=0,509$, $\text{POR}=1,745$) dan olahraga ($p\text{-value}=1,000$, $\text{POR}=1,161$) tidak memiliki hubungan dengan terjadinya keluhan *musculoskeletal disorder* pada pekerja *finishing*.
- e. Postur kerja ($p\text{-value}=0,006$, $\text{POR}=0,068$) memiliki hubungan dengan terjadinya keluhan *musculoskeletal disorders* pada pekerja *finishing* Proyek Bintaro Jaya Xchange Tahap II Tahun 2022.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Pekerja *Finishing*

- a. Melakukan peregangan di sela-sela kerja agar peredaran darah diseluruh tubuh tetap terjaga.
- b. Bekerja dengan postur tubuh di dekat ketinggian siku untuk menghindari posisi membungkuk berlebihan.
- c. Menggunakan teknik mengangkat yang tepat saat mengangkat material dan meminta bantuan rekan kerja bila muatan yang harus diangkat tidak bisa dilakukan sendiri.
- d. Menghindari posisi berlutut di permukaan yang keras untuk periode yang berkepanjangan dengan menggunakan bantalan lutut saat bekerja.
- e. Menggunakan pegangan pad yang lembut pada permukaan alat yang digunakan.

V.2.2 Bagi Proyek Bintaro Jaya Xchange Tahap II

- a. Pengendalian teknik yang bisa dilakukan dengan menciptakan lokasi kerja yang tidak menimbulkan risiko bagi pekerja.
- b. Pengendalian administratif bisa dilakukan dengan memberikan pembelajaran terkait postur kerja ergonomis kepada pekerja.
- c. Menyediakan Alat Pelindung Diri yang dibutuhkan pekerja *finishing* untuk bekerja

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Menggunakan desain penelitian selain potong lintang untuk memperluas penelitian tentang berbagai faktor yang menimbulkan keluhan MSDs.
- b. Memanfaatkan metode penelitian lain, seperti kualitatif dengan melakukan wawancara dan observasi.