

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan tentang Hubungan antara Usia, Masa Kerja, Beban Kerja Fisik, dan Postur Kerja dengan Keluhan Muskuloskeletal pada Petugas PPSU di Kecamatan Pesanggrahan Tahun 2023, ditemukan beberapa temuan dan hasil analisis yang relevan sehingga dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Prevalensi pada petugas PPSU di Kecamatan Pesanggrahan tahun 2023 dengan keluhan muskuloskeletal tingkat rendah sebanyak 106 responden (96,4%).
- b. Gambaran karakteristik pada petugas PPSU meliputi usia, masa kerja, beban kerja fisik, postur kerja, dan kebiasaan merokok adalah sebagai berikut:
 - 1) Gambaran karakteristik individu usia pada petugas PPSU ditemukan bahwa mayoritas petugas PPSU memiliki usia ≥ 30 tahun sebanyak 99 responden (90,0%).
 - 2) Gambaran karakteristik individu masa kerja pada petugas PPSU ditemukan bahwa mayoritas pekerja dengan masa kerja ≥ 5 tahun sebanyak 86 responden (78,2%).
 - 3) Gambaran karakteristik individu beban kerja fisik pada petugas PPSU ditemukan bahwa mayoritas pekerja dengan beban kerja fisik ringan sebanyak 104 responden (94,5%).
 - 4) Gambaran karakteristik individu postur kerja pada petugas PPSU ditemukan bahwa mayoritas postur kerja pada pekerja berisiko sedang yaitu sebanyak 73 responden (66,4%).
 - 5) Gambaran karakteristik individu kebiasaan merokok pada petugas PPSU ditemukan bahwa mayoritas pekerja memiliki kebiasaan merokok tingkat ringan sebanyak 71 responden (64,5%).

- c. Berdasarkan analisis bivariat dengan uji *chi-square* didapatkan hasil tidak ada hubungan antara usia ($p=1,000$), masa kerja ($p=0,247$), beban kerja fisik ($p\text{-value } 1=0,837$; $p\text{-value } 2=0,549$), postur kerja ($p=0,655$) dan kebiasaan merokok ($p=0,672$) dengan keluhan muskuloskeletal pada petugas PPSU di Kecamatan Pesanggrahan tahun 2023.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Petugas PPSU

- a. Memanfaatkan waktu luang atau senggang untuk melakukan *stretching* atau peregangan supaya otot, tendon, dan sendi tetap kuat, sehat, dan tidak kaku.
- b. Memperbaiki postur kerja tidak normal menjadi normal. Misalnya postur kerja membungkuk dapat diperbaiki dengan cara berdiri atau duduk. Jika hal tersebut tidak memungkinkan, waktu membungkuk dapat dikurangi dan melakukan peregangan.
- c. Petugas PPSU yang mempunyai keluhan muskuloskeletal yang tinggi dapat berkonsultasi pada dokter, supaya dapat langsung dilakukan penanganan.

V.2.2 Bagi Kelurahan

- a. Pada saat melaksanakan apel pagi atau sore dapat diberikan edukasi pada petugas PPSU mengenai bahaya gangguan muskuloskeletal, dan cara mencegah munculnya keluhan muskuloskeletal.
- b. Alat kerja yang disediakan harus sesuai dengan postur tubuh pekerja.
- c. Mengadakan program senam atau kebugaran jasmani pada petugas PPSU setelah selesai bekerja, minimal satu minggu sekali.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Jenis penelitian kualitatif dapat dilakukan supaya menggali lebih dalam lagi dan bisa melakukan wawancara mendalam sehingga mendapatkan informasi terkait dengan keluhan muskuloskeletal pada petugas PPSU.

- b. Peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut terkait dengan gangguan *low back pain* pada petugas PPSU.
- c. Menambah variabel lainnya yang belum diteliti terkait dengan keluhan muskuloskeletal.
- d. Menganalisis data sampai dengan multivariat, supaya dapat mengetahui faktor yang paling dominan terhadap keluhan muskuloskeletal.