

## **BAB V**

### **KESIMPULAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Perkantoran Terpadu Boyolali didapatkan hasil dan pembahasan yang dapat disimpulkan sebagai berikut :

- a. Mayoritas responden berusia 19–44 tahun, yang termasuk kategori dewasa, dengan jumlah 30 orang (60%) dan mayoritas adalah laki laki, yaitu 28 orang (56%).
- b. Mayoritas responden tidak memiliki gejala STK, dengan jumlah 31 orang (62%). Responden dengan gejala STK mayoritas adalah laki-laki, dengan jumlah 12 orang (42,9%)
- c. Sebagian besar responden memiliki posisi lengan yang ergonomis saat menggunakan komputer, dengan jumlah mencapai 28 orang (56%). Mayoritas responden memiliki gerakan repetitif <30 kali permenit saat menggunakan komputer, yaitu 28 orang (56%). Masa kerja responden yang paling banyak ditemukan adalah bekerja  $\geq 4$  tahun dengan jumlah 40 orang (80%). Mayoritas pekerja bekerja menggunakan komputer  $\geq 4$  jam per hari dengan jumlah 39 orang (78%).
- d. Terdapat hubungan signifikan antara posisi lengan dengan gejala STK ( $p < 0.05$ ) pada pegawai pengguna komputer.
- e. Terdapat hubungan signifikan antara gerakan repetitif dengan gejala STK ( $p < 0.05$ ) pada pegawai pengguna komputer.

- f. Tidak terdapat hubungan signifikan antara masa kerja dengan gejala STK ( $p > 0.05$ ) pada pegawai pengguna komputer.
- g. Tidak terdapat hubungan signifikan antara lama kerja dengan gejala STK ( $p > 0.05$ ) pada pegawai pengguna komputer.
- h. Variabel yang dominan berperan terhadap gejala STK pada pengguna komputer adalah gerakan repetitif ( $P\text{-value} < 0,001$ ) dan posisi lengan ( $P\text{-value} 0,027$ ). Pekerja dengan gerakan repetitif berisiko 69 kali terhadap kejadian STK dan pekerja dengan posisi lengan tidak ergonomis memiliki risiko 12 kali terhadap kejadian STK.

## 5.2 Saran

Bagi Responden, diharapkan dapat mengetahui dan menghindari faktor risiko terjadinya STK. Kesadaran ini penting karena sebagian besar pekerjaan responden menggunakan komputer. Pengetahuan terkait STK diharapkan dapat mencegah kejadian STK dan dapat meningkatkan produktivitas kerja responden. Selain itu, dapat meningkatkan kesehatan fisik, sehingga responden dapat bekerja dengan lebih nyaman, efisien, dan produktif.

Bagi Kantor Pemerintah, diharapkan dapat melakukan pengendalian administratif dengan mengadakan penyuluhan terhadap posisi ergonomis saat bekerja menggunakan komputer. Penyuluhan ini dapat berupa memberikan pengertian dan edukasi terkait posisi ergonomis dan pencegahan penyakit akibat kerja. Selain itu, diharapkan dapat melakukan kegiatan deteksi dini terkait STK yang dapat dilakukan dengan bekerja sama dengan puskesmas terdekat. Hal ini diharapkan dapat mengurangi dan mencegah

terjadinya STK pada pegawai kantor pemerintahan dikarenakan mayoritas pegawainya menggunakan komputer saat bekerja.

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan dapat melakukan penelitian lebih lanjut terkait faktor risiko STK. Faktor risiko lain yang berkaitan dengan pekerjaan seperti kondisi kursi dan meja ataupun yang tidak berkaitan dengan pekerjaan seperti usia, jenis kelamin, IMT, ataupun kelainan anatomi. Selain itu diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan pemeriksaan fisik STK untuk kepentingan diagnosis yang lebih akurat.