

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Desain Kursi Ergonomis Bagi Guru Perempuan di SMKN 45 Jakarta Berdasarkan Ukuran Antropometri Tubuh Tahun 2024, didapatkan hasil sebagai berikut:

- a. Sebagian besar guru perempuan di SMKN 45 Jakarta memiliki tingkat pengetahuan ergonomi yang kurang. Sebanyak 34 guru perempuan mempunyai pengetahuan ergonomi kurang baik dengan skor < 20 dan 8 guru perempuan mempunyai pengetahuan ergonomi baik dengan skor ≥ 20 .
- b. Dari sembilan data antropometri duduk guru perempuan yang telah diperoleh, diperoleh nilai persentil ke-5, persentil ke-50, dan persentil ke-95 untuk dijadikan sebagai referensi ukuran desain kursi. Tinggi popliteal mempunyai nilai persentil ke-5 40 cm, persentil ke-50 46.5 cm, dan persentil ke-95 53 cm. Panjang bokong-popliteal mempunyai nilai persentil ke-5 40 cm, persentil ke-50 47 cm, dan persentil ke-95 52 cm. Lebar bahu mempunyai nilai persentil ke-5 46.05 cm, persentil ke-50 53 cm, dan persentil ke-95 58.9 cm. Lebar panggul mempunyai nilai persentil ke-5 39.05 cm, persentil ke-50 47 cm, dan persentil ke-95 56.85 cm. Tinggi bahu duduk mempunyai nilai persentil ke-5 55.05 cm, persentil ke-50 60 cm, dan persentil ke-95 66 cm. Tinggi mata duduk mempunyai nilai persentil ke-5 65.05 cm, persentil ke-50 70 cm, dan persentil ke-95 76.95 cm. Tinggi duduk tegak mempunyai nilai persentil ke-5 70.05 cm, persentil ke-50 79.5 cm, dan persentil ke-95 88 cm. Panjang bokong lutut mempunyai nilai persentil ke-5 47.05 cm, persentil ke-50 55 cm, dan persentil ke-95 61 cm. Tinggi siku duduk mempunyai nilai persentil ke-5 29 cm, persentil ke-50 34 cm, dan persentil ke-95 40.85. Hasil distribusi frekuensi antropometri tubuh guru perempuan di SMKN 45 Jakarta berdasarkan usia menunjukkan hasil bahwa guru dengan usia > 44 Tahun memiliki ukuran antropometri tubuh yang lebih besar

- c. Dari sembilan data antropometri yang telah diambil ukuran persentilnya, desain kursi ergonomis bagi guru perempuan di SMKN 45 Jakarta tersusun dengan 8 bagian pada kursi, yaitu tinggi kursi (*seat height*) 40 cm, tinggi sandaran lengan (*arms rest*) 29 cm, kedalaman kursi (*seat depth*) 40 cm, sudut sandaran kursi 100°, lebar sandaran punggung (*back rest width*) 59 cm, tinggi sandaran punggung (*back rest height*) 60 cm, dan lebar alas kursi (*seat width*) 57 cm.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Pekerja

- a. Guru perempuan di SMKN 45 Jakarta disarankan untuk dapat menerapkan posisi duduk ergonomis ketika sedang bekerja. Posisi duduk ergonomis dapat dilakukan dengan duduk tegak dengan posisi meja maupun kursi tidak terlalu tinggi. Jika terlalu tinggi, gunakan bantal atau kotak untuk menyangga bagian punggung atau alas kaki. Jika menggunakan laptop atau komputer, pastikan laptop atau komputer dalam posisi tinggi sejajar dengan tinggi mata. Pastikan bahwa jarak monitor di antara 50 – 70 cm.

V.2.2 Bagi Perusahaan

- a. Menyediakan kursi kerja yang ergonomis bagi guru di SMKN 45 Jakarta yang setidaknya memiliki komponen yang dapat diatur atau disesuaikan dengan ukuran tubuh guru di sana, seperti ketinggian kursi (*seat height*).
- b. Melakukan survei atau evaluasi kepuasan guru perempuan di SMKN 45 Jakarta terhadap fasilitas yang digunakan.
- c. Melibatkan guru di SMKN 45 Jakarta terhadap pemilihan setiap alat kerja yang akan mendukung pekerjaan mereka.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Diharapkan peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan alat ukur atau *Body Measurement Instrument* dengan tingkat ketelitian yang lebih akurat.
- b. Dapat mempertimbangkan stasiun kerja lainnya seperti meja yang mendukung kerja pekerja dalam merancang desain kursi kerja ergonomis.