

BAB V PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- a. Penelitian yang melibatkan 66 petugas *housekeeping* di RSUD Pasar Rebo memperlihatkan bahwa keluhan *musculoskeletal disorders* dialami oleh sebagian besar responden, dengan persentase mencapai 71,2%. Keluhan pada kategori sedang mendominasi, yakni dialami oleh 45 responden (68,2%). Dilihat dari karakteristiknya, responden didominasi oleh kelompok usia ≥ 30 tahun (71,2%), berjenis kelamin laki-laki (83,3%), serta memiliki indeks massa tubuh pada kategori obesitas I (25,8%). Selain itu, mayoritas responden telah bekerja dalam kurun waktu lama, yaitu ≥ 8 tahun (59,1%), memiliki postur kerja dengan tingkat risiko sedang (81,8%), dan mengalami stres kerja pada tingkat ringan (80,3%).
- b. Berdasarkan analisis bivariat, ditemukan hubungan yang bermakna antara keluhan *musculoskeletal disorders* pada petugas *housekeeping* di RSUD Pasar Rebo dengan dua variabel, yakni masa kerja (p value = 0,009) dan postur kerja (p value = 0,002). Kedua variabel tersebut terbukti berperan penting dalam munculnya keluhan *musculoskeletal disorders* (MSDs) pada petugas *housekeeping*. Dengan demikian, upaya perbaikan postur kerja serta evaluasi rutin terhadap kondisi kerja perlu diterapkan guna menekan risiko keluhan MSDs, khususnya bagi pekerja yang telah menjalani masa kerja lebih panjang. Sementara itu, variabel usia, jenis kelamin, indeks massa tubuh, dan stres kerja tidak menunjukkan hubungan yang bermakna dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada petugas *housekeeping* di RSUD Pasar Rebo berdasarkan hasil analisis bivariat (p value $> 0,05$). Dengan kata lain, keluhan *musculoskeletal disorders* pada petugas *housekeeping* di RSUD Pasar Rebo tidak dipengaruhi secara signifikan oleh faktor individu maupun faktor psikologis.

- c. Melalui analisis multivariat, postur kerja teridentifikasi sebagai faktor paling dominan yang berhubungan signifikan dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada petugas *housekeeping* di RSUD Pasar Rebo, dengan p value sebesar 0,002 dan AOR mencapai 46,918 (95% CI: 3,894-565,245). Artinya, peluang mengalami keluhan *musculoskeletal disorders* pada petugas *housekeeping* dengan postur kerja berisiko adalah 47 kali lebih besar dibandingkan mereka yang postur kerjanya tidak berisiko. Temuan tersebut mempertegas bahwa penerapan prinsip ergonomi guna memperbaiki postur kerja menjadi langkah krusial dalam mencegah dan mengendalikan keluhan *musculoskeletal disorders* pada petugas *housekeeping* di RSUD Pasar Rebo.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Petugas *Housekeeping*

- a. Menghindari posisi yang tidak ergonomis dan mulai menyesuaikan postur kerja yang ergonomis dengan tidak terlalu membungkuk terlalu lama.
- b. Melakukan peregangan otot selama 5-10 menit sebelum bekerja dan *microbreak* selama 1-2 menit setiap 30 menit saat melakukan pekerjaan yang bersifat berulang.
- c. Segera melaporkan keluhan muskuloskeletal yang dirasakan kepada atasan atau unit K3 agar dapat dilakukan evaluasi pekerjaan dan penanganan lebih lanjut.

V.2.2 Bagi Rumah Sakit

- a. Menyusun dan menerapkan Standar Operasional Prosedur (SOP) mengenai teknik kerja ergonomis pada aktivitas *housekeeping*, seperti mengepel, membersihkan area rendah, mengangkat, dan memindahkan beban.
- b. Melakukan penilaian risiko ergonomi menggunakan metode REBA secara berkala pada aktivitas kerja *housekeeping* serta menindaklanjuti hasil penilaian dengan perbaikan metode kerja.

- b. Melaksanakan surveilans kesehatan kerja secara berkala melalui skrining keluhan muskuloskeletal menggunakan Nordic Body Map (NBM) untuk mendeteksi keluhan sejak dini.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Variabel lain yang berpotensi memengaruhi keluhan *musculoskeletal disorders*, seperti durasi kerja, gerakan berulang, suhu lingkungan kerja, pencahayaan, beban kerja fisik, dan kebiasaan olahraga, disarankan untuk ditambahkan guna mengembangkan penelitian ini lebih lanjut.
- b. Populasi yang lebih luas, dengan melibatkan lebih dari satu rumah sakit atau fasilitas pelayanan kesehatan, disarankan untuk dijadikan cakupan penelitian berikutnya agar tingkat generalisasi hasil penelitian menjadi lebih baik.
- c. Desain penelitian longitudinal atau kohort disarankan untuk digunakan guna mengidentifikasi hubungan sebab akibat antara faktor risiko dengan keluhan *musculoskeletal disorders*, sehingga bukti yang diperoleh dapat lebih kuat dibandingkan dengan desain *cross-sectional*.