

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan sikap kerja dan karakteristik individu dengan keluhan muskuloskeletal pada pekerja bagian pemuatan PT Semen Padang Tahun 2016, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Lebih dari separuh pekerja (59,7%) bagian pemuatan PT Semen Padang mengalami keluhan muskuloskeletal. Bagian tubuh yang mengalami keluhan adalah bagian pinggang, lengan atas kanan, lengan atas kiri, jari-jari tangan kanan dan jari-jari tangan kiri.
2. Lebih dari separuh pekerja (59,7%) bagian pemuatan PT Semen Padang melakukan pekerjaan dengan sikap kerja tidak ergonomi.
3. Sebagian besar pekerja (64,5%) bagian pemuatan PT Semen Padang memiliki umur yang berisiko mengalami keluhan muskuloskeletal.
4. Sebagian besar pekerja (61,2%) bagian pemuatan PT Semen Padang tergolong pada masa kerja lama yaitu lebih dari 10 tahun.
5. Sebagian besar pekerja (83,9%) bagian pemuatan PT Semen Padang memiliki status gizi normal.
6. Ada hubungan antara sikap kerja dengan keluhan muskuloskeletal pada pekerja bagian pemuatan PT Semen Padang.
7. Ada hubungan antara umur dengan keluhan muskuloskeletal pada pekerja bagian pemuatan PT Semen Padang.
8. Ada hubungan antara masa kerja dengan keluhan muskuloskeletal pada pekerja bagian pemuatan PT Semen Padang..

9. Tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan keluhan muskuloskeletal pada pekerja bagian pemuatan PT Semen Padang.

6.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Perusahaan

- a. Diharapkan kepada pihak perusahaan agar melakukan upaya keselamatan dan kesehatan kerja dengan cara melakukan penyuluhan seperti memasang poster-poster mengenai posisi kerja yang ergonomis, pelatihan mengenai ergonomis, dan dapat memberikan informasi mengenai risiko keluhan muskuloskeletal bagi kesehatan pekerja.

2. Bagi Pekerja

- a. Diharapkan kepada pekerja bagian pemuatan PT Semen Padang agar melakukan istirahat dan relaksasi dengan peregangan otot apabila merasakan keluhan-keluhan selama bekerja. Contohnya melakukan *stretching* pada bagian punggung, pinggang, bahu, tangan, dan kaki.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

- a. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat mempertimbangkan kajian mengenai faktor lain, seperti kebiasaan merokok, kebiasaan olahraga, faktor lingkungan, dan faktor psikososial pekerja serta melakukan analisis terhadap dampak berkelanjutan yang akan timbul dari keluhan muskuloskeletal.