

BAB 6 : PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan uji statistik mengenai hubungan faktor risiko ergonomi dan beban kerja dengan keluhan nyeri *Low Back Pain* pada pekerja bagian produksi PT. Kunango Jantan Tahun 2016, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Hampir seluruh pekerja (84,6%) bagian produksi PT. Kunango Jantan mengalami keluhan *Low Back Pain*.
2. Hampir seluruh pekerja (89,7%) bagian produksi PT. Kunango Jantan melakukan pekerjaan dengan faktor risiko ergonomi yang berisiko tinggi.
3. Hampir seluruh pekerja (93,6%) bagian produksi PT. Kunango Jantan melakukan pekerjaan dengan beban kerja yang berisiko.
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara faktor risiko ergonomi dengan keluhan *Low Back Pain* pada pekerja bagian produksi PT. Kunango Jantan.
5. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara beban kerja dengan keluhan *Low Back Pain* pada pekerja bagian produksi PT. Kunango Jantan.

6.2 Saran

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

1. Bagi Perusahaan
 - a. Melakukan penyuluhan mengenai pentingnya posisi kerja yang ergonomis bagi pekerja, dan memberikan pelatihan mengenai tata cara kerja ergonomis, dan dapat memberikan informasi mengenai risiko keluhan *Low Back Pain* bagi kesehatan pekerja.

- b. Perusahaan dapat membuat SOP yang dapat digunakan oleh pekerja untuk menciptakan sistem kerja yang aman, nyaman, dan tetap sehat bagi pekerja saat bekerja.
- c. Perusahaan dapat menyediakan alat kerja yang ergonomis kepada pekerja seperti memberikan tempat duduk agar pekerja tidak menjongkok dalam bekerja..

2. Bagi Pekerja

- a. Pekerja diharapkan agar memperbanyak kegiatan olahraga untuk pencegahan, melakukan istirahat dan untuk peregangan otot apabila merasakan keluhan-keluhan selama bekerja.
- b. Pekerja sebaiknya memperbaiki sikap kerjanya saat bekerja dan segera memperbaiki postur kerjanya jika postur kerja tersebut dirasa dapat menimbulkan keluhan otot.
- c. Pekerja diharapkan lebih menerapkan pola hidup sehat terutama mengenai kebiasaan merokok yang banyak.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

- a. Diharapkan mengikutsertakan variabel-variabel lain seperti faktor individu, faktor lingkungan yang diduga berhubungan dengan keluhan *Low Back Pain* yang tidak diteliti pada penelitian ini agar dapat melengkapi keterbatasan yang terdapat pada penelitian ini.
- b. Diharapkan menggunakan metode lain dalam melakukan pengukuran beban kerja, dimana dalam penelitian ini pengukuran beban kerja hanya berupa penilaian secara tidak langsung.
- c. Dapat menggunakan metode lainnya untuk mengukur risiko ergonomi bagian tubuh yang diakibatkan oleh pekerjaan karena setiap metode memiliki

kelemahan dan kelebihan masing-masing, seperti metode REBA yang memiliki sudut ukur yang lebih banyak bila dibandingkan dengan metode OWAS yang dipakai dalam penelitian ini.

