

BAB VI : PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan uji statistik hubungan faktor individu dan faktor pekerjaan terhadap keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) pada pekerja angkat galon DAMIU di Kota Padang Tahun 2023, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

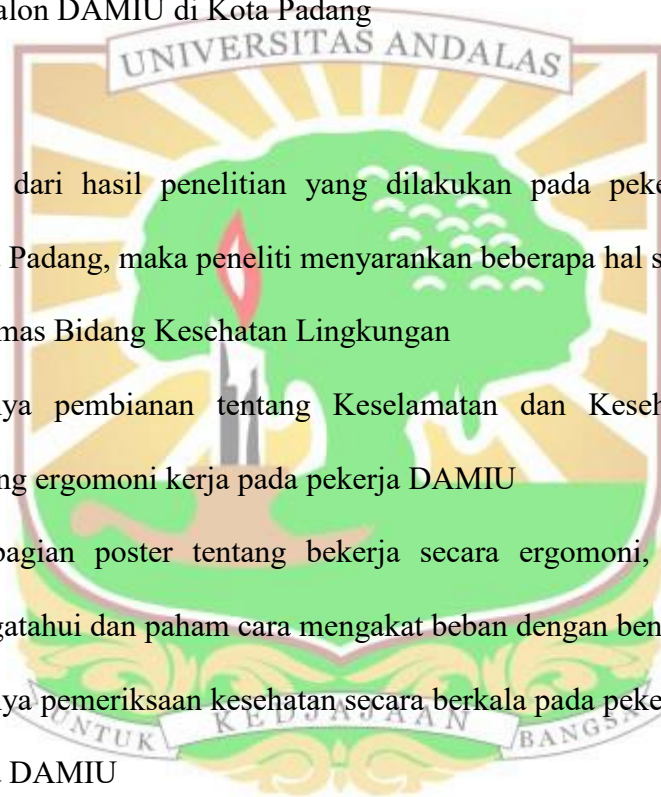
1. Keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) paling banyak ditemukan pada kategori risiko tinggi. Hasil analisis kuesioner *Nordic Body Map* (NBM) didapatkan bagian tubuh yang sering dirasakan sakit yaitu pada bagian bagian punggung, pinggang, lengan bawah kiri dan bagian lengan bawah kanan.
2. Pada pekerja DAMIU lebih banyak kategori umur kurang dari 35 tahun. Pada pekerja DAMIU lebih banyak kategori masa kerja kurang dari 5 tahun. Pada pekerja DAMIU lebih banyak kategori indeks massa tubuh dengan IMT kurang dari 25. Pada pekerja DAMIU lebih banyak mengalami kebiasaan merokok tidak berisiko daibandingkan berisiko.
3. Pada faktor pekerjaan seluruh pekerja DAMIU melakukan pekerjaan dengan beban kerja yang tidak berisiko dan sebagian pekerja DAMIU bekerja dengan postur kerja yang berisiko keluhan MSDs masuk kategori risiko tinggi.
4. Tidak ada hubungan antara umur dengan keluhan MSDs pada pekerja angkat galon DAMIU di Kota Padang
5. Tidak ada hubungan antara masa kerja dengan keluhan MSDs pada pekerja angkat galon DAMIU di Kota Padang

6. Tidak ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan keluhan MSDs pada pekerja angkat galon DAMIU di Kota Padang
7. Tidak ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan keluhan MSDs pada pekerja angkat galon DAMIU di Kota Padang
8. Beban kerja fisik tidak dapat ditarik kesimpulan karena data yang didapatkan homogen.
9. Tidak ada hubungan antara postur kerja dengan keluhan MSDs pada pekerja angkat galon DAMIU di Kota Padang

6.2 Saran

Merujuk dari hasil penelitian yang dilakukan pada pekerja angkat galon DAMIU di Kota Padang, maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut :

1. Bagi Puskesmas Bidang Kesehatan Lingkungan
 - a. Adanya pembinaan tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) tentang ergonomi kerja pada pekerja DAMIU
 - b. Pembagian poster tentang bekerja secara ergonomi, sehingga pekerja mengetahui dan paham cara mengakut beban dengan benar.
 - c. Adanya pemeriksaan kesehatan secara berkala pada pekerja angkat galon.
2. Bagi Pekerja DAMIU
 - a. Pekerja melakukan peregangan otot sekitar 5-10 menit untuk memperlancar sirkulasi darah ke seluruh anggota tubuh agar tubuh dapat relaks saat bekerja maupun setelah bekerja.
 - b. Pekerja agar memperhatikan cara yang benar dalam mengangkat galon.
3. Bagi Penelitian Selanjutnya
 - a. Diharapkan melakukan penelitian-penelitian variabel lain yang diduga berhubungan dengan keluhan MSDs yang tidak di teliti pada penelitian ini



seperti variabel faktor pekerjaan lainnya (Aktivitas Berulang, Durasi kerja), faktor ergonomic lainnya, faktor lingkungan (Suhu dan kelembapan, Getaran, Pencahayaan), dan faktor psikososial (Stress kerja, Kepuasan Kerja, Organisasi kerja).

- b. Dapat menggunakan metode lainnya seperti RULA, OWAS untuk mengukur risiko ergonomi bagian tubuh yang diakibatkan pekerjaan.

