

BAB 6: PENUTUP

1.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan uji statistik mengenai hubungan faktor pekerjaan dan faktor individu dengan keluhan *musculoskeletal disorders* (MSDs) pada pekerja antar jemput galon DAMIU di wilayah kerja Puskesmas Ulak Karang Padang Tahun 2016, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Lebih dari sebagian pekerja mengalami keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs). Bagian tubuh yang paling banyak dikeluhkan pekerja pada bagian bahu kiri dan bahu kanan sebesar 71,4%, leher bagian bawah 66,6%, pada betis kiri dan betis kanan 66,6% dan pinggang 57,1%.
2. Pada faktor pekerjaan sebagian pekerja angkat angkut galon bekerja dengan postur tubuh yang berisiko tinggi sebesar 48,4% dan berisiko sedang sebanyak 51,6%, sedangkan untuk beban kerja sebagian besar pekerja melakukan pekerjaan dengan beban kerja yang berisiko yaitu sebesar 61,3%.
3. Pada faktor individu sebanyak 41,9 % pekerja angkat angkut galon memiliki umur yang tidak berisiko yaitu berumur >35tahun, sebagian pekerja 54,8% tergolong pada masa kerja lama yaitu lebih dari 3,5 tahun dan lebih dari separuh pekerja 71% memiliki kebiasaan olahraga yang berisiko terhadap keluhan MSDs.
4. Ada hubungan antara postur kerja dengan keluhan MSDs pada pekerja angkat angkut galon DAMIU di wilayah kerja Puskesmas Ulak Karang Padang.
5. Ada hubungan antara beban kerja dengan keluhan MSDs pada pekerja angkat angkut galon DAMIU di wilayah kerja Puskesmas Ulak Karang Padang.

6. Ada hubungan antara umur dengan keluhan MSDs pada pekerja angkat angkut galon DAMIU di wilayah kerja Puskesmas Ulak Karang Padang.
7. Ada hubungan antara masa kerja dengan keluhan MSDs pada pekerja angkat angkut galon DAMIU di wilayah kerja Puskesmas Ulak Karang Padang.
8. Tidak ada hubungan antara kebiasaan olahraga dengan keluhan MSDs pada pekerja angkat angkut galon DAMIU di wilayah kerja Puskesmas Ulak Karang Padang.

1.2 Saran

Merujuk dari hasil penelitian yang dilakukan pada pekerja antar jemput galon DAMIU di wilayah kerja Ulak Karang Padang maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Bagi Puskesmas Ulak Karang
 - a. Memberikan penyuluhan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) terkait bahaya ergonomis pada pekerja antar jemput galon guna meningkatkan pengetahuan pekerja tentang bekerja secara ergonomis.
 - b. Memperbaiki dan melaksanakan kegiatan pemeriksaan kesehatan (sebelum kerja/berkala tahunan/khusus) pada pekerja antar jemput galon.
2. Bagi Perusahaan/ Pemilik Usaha
 - a. Pekerja diharapkan agar memperbanyak kegiatan olahraga untuk pencegahan, melakukan istirahat dan untuk peregangan otot apabila merasakan keluhan-keluhan selama bekerja.

- b. Diharapkan pekerja melakukan peregangan otot sekitar 5-10 menit untuk memperlancar sirkulasi darah ke seluruh anggota tubuh guna merelaksasi otot-otot yang tegang baik saat bekerja maupun setelah bekerja

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

- a. Diharapkan mengikutsertakan variabel-variabel lain yang diduga berhubungan dengan keluhan MSDs yang tidak diteliti pada penelitian ini seperti variabel faktor individu lainnya (IMT, Riwayat Penyakit dll), faktor risiko ergonomi lainnya, faktor lingkungan, dan faktor psikososial serta melengkapi keterbatasan yang terdapat pada penelitian ini.
- b. Dapat menggunakan metode lainnya seperti metode RULA, OWAS, BRIEF untuk mengukur risiko ergonomi bagian tubuh yang diakibatkan oleh pekerjaan.

