

## BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Determinan Karakteristik Individu Dan Faktor Ergonomi Terhadap Keluhan *Musculoskeletal* Pada Pekerja Kelapa Sawit Di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024”, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Lebih dari setengah pekerja (65,9%) mengalami keluhan *musculoskeletal* di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024
2. Lebih dari setengah pekerja berada pada usia muda (51,1%) di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024
3. Lebih dari setengah pekerja (58%) memiliki masa kerja yang baru ( $\leq 5$  tahun) di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024
4. Lebih dari setengah pekerja (83%) memiliki postur tangan & pergelangan tangan kiri yang berisiko tinggi di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024
5. Lebih dari setengah pekerja (83%) memiliki postur tangan & pergelangan tangan kanan yang berisiko tinggi di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024
6. Lebih dari setengah pekerja (69,3%) memiliki postur siku kiri yang berisiko tinggi di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024
7. Lebih dari setengah pekerja (69,3%) memiliki postur siku kanan yang berisiko tinggi di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024
8. Lebih dari setengah pekerja (62,5%) memiliki postur bahu kiri yang berisiko tinggi di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024

9. Lebih dari setengah pekerja (67%) memiliki postur bahu kanan yang berisiko tinggi di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024
10. Lebih dari setengah pekerja (58%) memiliki postur leher risiko rendah di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024
11. Lebih dari setengah pekerja (54,5%) memiliki postur punggung yang berisiko tinggi di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024
12. Lebih dari setengah pekerja (79,5%) memiliki postur kaki yang berisiko rendah di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024
13. Lebih dari setengah pekerja (53,4%) pekerja memiliki beban fisik sedang di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024
14. Lebih dari setengah pekerja (55,7%) pekerja memiliki durasi yang tidak berisiko di PT TYE Kabupaten Kampar Tahun 2024
15. Terdapat hubungan antara usia dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024 dengan nilai *p value* = 0,020
16. Terdapat hubungan antara masa kerja dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024 dengan nilai *p value* = 0,612
17. Tidak terdapat hubungan antara postur tangan dan pergelangan tangan kiri dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024 dengan nilai *p value* = 0,817
18. Tidak terdapat hubungan antara postur tangan dan pergelangan tangan kanan dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024 dengan nilai *p value* = 0,817

19. Terdapat hubungan antara postur siku kiri dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024 dengan nilai *p value* 0,036
20. Terdapat hubungan antara postur siku kanan dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024 dengan nilai *p value* 0,036
21. Terdapat hubungan antara postur bahu kiri dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024 dengan nilai *p value* 0,048
22. Terdapat hubungan antara postur bahu kanan dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024 dengan nilai *p value* 0,027
23. Tidak terdapat hubungan antara postur leher dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024 dengan nilai *p value* 0,959
24. Terdapat hubungan antara postur punggung dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024 dengan nilai *p value* 0,028
25. Tidak terdapat hubungan antara postur kaki dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024 dengan nilai *p value* 0,723
26. Terdapat hubungan antara beban fisik kerja dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024 dengan nilai *p value* 0,00



27. Terdapat hubungan antara durasi dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024 dengan nilai *p value* 0,030

## 6.2 Saran

### 6.2.1 Bagi Perusahaan

1. Perusahaan sebaiknya mempertimbangkan penggantian *egrek* manual dengan *egrek* mesin untuk mengurangi keluhan *musculoskeletal* pada pekerja panen kelapa sawit di PT TYE Kab. Kampar Tahun 2024
2. Perusahaan disarankan untuk memodifikasi alat tojok dengan menyesuaikan tinggi tojok berdasarkan tinggi siku dan jangkauan tangan, sehingga pekerja dapat menggunakan tojok tanpa membungkuk berlebihan saat mengangkat TBS.
3. Perusahaan disarankan untuk memaksimalkan pengadaan mesin *greder* untuk proses pemuatan TBS agar dapat menggantikan peran alat manual seperti *tojok* dan pekerja yang sebelumnya bertugas memuat dapat dialihkan ke bagian panen
4. Perusahaan dapat mengadakan pelatihan fisik dan program peregangan di tempat kerja. Program ini dapat diintegrasikan dalam rutinitas harian pekerja melalui senam ergonomis yang dilakukan saat pengarahan pagi (sebelum memulai kerja).
5. Perusahaan sebaiknya menerapkan aturan tegas dan pengawasan ketat terkait larangan merokok di tempat kerja untuk mengurangi risiko cedera *musculoskeletal* dan potensi kebakaran lahan, terutama pada musim kemarau.

6. Perusahaan sebaiknya memberikan pelatihan terkait cara memanen dan memuat yang ergonomis, serta edukasi tentang teknik *manual handling* yang benar dan efisien. Pelatihan ini dapat dilakukan sambil mendukung pekerja beradaptasi dengan penggunaan alat *egrek* atau *tojok*.

### 6.2.2 Bagi Pekerja

1. Pekerja diharapkan dapat menjaga kesehatan otot dan tulang dengan mengonsumsi makanan kaya kalsium, seperti susu, serta menghindari kebiasaan buruk, seperti merokok dan konsumsi alkohol, yang dapat melemahkan kekuatan tulang.
2. Pekerja disarankan melakukan peregangan otot sebelum bekerja dan di sela – sela bekerja untuk menghindari resiko cedera pada otot dan rutin beraktivitas fisik.
3. Pekerja diharapkan dapat memanfaatkan waktu istirahat secara optimal untuk mengurangi keluhan otot sementara, mencegah akumulasi keluhan, dan menjaga kesehatan jangka Panjang

### 6.2.3 Bagi Fasilitas Pelayanan Kesehatan

1. Diharapkan Puskesmas Tapung mengaktifkan kembali program UKK dan sosialisasi terkait Penyakit Akibat Kerja terutama MSDs pada pekerja sawit di PT TYE Kabupaten Kampar

### 6.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Diharapkan peneliti selanjutnya melakukan penelitian terkait faktor-faktor lain yang diduga berhubungan dengan keluhan MSDs seperti faktor lingkungan dan faktor psikososial.

2. Diharapkan lebih banyak peneliti menggunakan metode BRIEF Survey untuk pengukuran risiko ergonomi, karena metode ini masih jarang digunakan dan diteliti terutama di Indonesia

