

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Kantor DLH Provinsi Sumatra Barat, Kesimpulan yang diperoleh adalah:

1. - Dari hasil analisis postur badan dengan metode RULA, diperoleh sebanyak 45% atau sebanyak 29 pegawai yang memperoleh skor RULA sebesar 3, 52% atau sebanyak 34 pegawai yang memperoleh skor RULA sebesar 4 dan 3 % atau sebanyak 2 pegawai yang memperoleh skor RULA sebesar 5. Dari hasil yang diperoleh, pegawai DLH yang memperoleh skor 4 berada pada *action level 2* dan pegawai DLH yang memperoleh skor 5 berada pada *action level 3*;
 - Hasil uji korelasi memperlihatkan bahwa ada korelasi yang lemah antara skor RULA dengan usia untuk uji *Pearson*, sedangkan untuk uji *Spearman* menunjukkan tidak ada korelasi. Hasil tersebut diperoleh karena nilai *P-value* untuk uji *Spearman* dan *Pearson* $> 0,05$, yaitu sebesar 0,072 dan 0,046. Untuk korelasi antara skor RULA dengan lama bekerja menunjukkan tidak ada korelasi yang berarti. Hasil tersebut diperoleh karena dengan nilai *P-value* untuk uji *Spearman* dan *Pearson* $> 0,05$, yaitu sebesar 0,623 dan 0,258;
 - Korelasi lemah skor RULA dengan usia dapat disebabkan karena penurunan fungsi otot dan tulang pada tubuh yang bisa memicu risiko MSDs seiring usia. Faktor melemahnya fungsi mata juga berdampak bagi postur badan, karena dengan melemahnya fungsi mata, maka pegawai dengan usia tua lebih cenderung membungkuk untuk melihat layar komputer saat bekerja;
2. Perolehan hasil kuesioner NBM memperlihatkan bahwa hasil wawancara dari para responden dengan nilai yang diperoleh berkaitan erat. Perolehan ini bisa dibuktikan dengan persentase yang tinggi ($\geq 35\%$) untuk beberapa bagian tubuh yaitu leher atas, leher bawah, bahu kiri, punggung, pinggang dan lutut kiri. Kemudian hasil dari uji *Cronbach Alpha* memperlihatkan nilai koefisien yang tinggi sebesar 0,913, sehingga kuesioner ini memiliki reliabilitas yang sempurna;

3. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan No. 48 Tahun 2016, standar dimensi meja dan ruang kaki meja masih belum memadai sehingga perlu dilakukan penggantian meja jika diperlukan. Sikap duduk pegawai serta peletakkan barang di ruang kaki meja juga berpengaruh terhadap pegal dan nyeri para pegawai yang bekerja. Untuk kursi yang digunakan, disarankan kursi yang fleksibel dengan penopang siku agar ketinggian kursi yang digunakan bisa menyesuaikan dengan tinggi meja yang ada serta bisa mengurangi tekanan pada badan dengan bantuan penopang siku. Semua faktor-faktor yang telah dijelaskan berpengaruh terhadap nilai skor NBM serta skor RULA pada pegawai, sehingga diperlukan penyesuaian sesuai penjelasan di atas;
4. Rekomendasi perbaikan yang dapat diberikan berupa mengganti kursi dengan desain yang lebih ergonomis, merapikan dan menata meja kerja, melakukan peregangan secara teratur, melakukan edukasi terkait ergonomi kepada pegawai serta menggunakan *stand* laptop saat mengetik.

5.2 Saran

Saran yang dapat diberikan untuk penelitian selanjutnya adalah:

1. Dilakukan penelitian serupa di berbagai instansi kantor lainnya di Kota Padang;
2. Penelitian selanjutnya mencoba menggunakan kombinasi metode RULA dengan metode lain seperti metode ROSA (*Rapid Office Strain Assessment*) karena cocok untuk jenis pekerjaan di depan komputer;
3. Diperlukan penelitian tambahan terkait dampak sebelum dan sesudah penerapan postur badan untuk melihat manfaat dan dampaknya bagi para pegawai yang bekerja;
4. Perlu mempertimbangkan faktor-faktor lain untuk meningkatkan akurasi dalam melakukan penelitian yang serupa seperti bias subjektif pada kuesioner NBM, berapa kali waktu pengamatan dan pengambilan data yang dilakukan, cara pengambilan dokumentasi yang benar dan menyeluruh, serta data pengukuran dimensi yang diperlukan.