

BAB 6 : KESIMPULAN & SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan hubungan tingkat risiko ergonomi, umur, masa kerja, dan kebiasaan olahraga dengan keluhan subjektif *cumulative trauma disorders* pada pekerja PT Lembah Karet tahun 2020, didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari total keseluruhan 39 orang responden, ditemukan kurang dari separuh responden mengalami keluhan CTDs sedang (35.9%).
2. Dari total keseluruhan 39 orang responden, ditemukan kurang dari separuh responden berkerja dengan risiko ergonomi tinggi (43.6%).
3. Dari total keseluruhan 39 orang responden, didapati bahwa lebih dari separuh responden berada pada usia dengan risiko tinggi (61.5%).
4. Dari total keseluruhan 39 orang responden, lebih dari separuh responden merupakan pekerja lama (66.7%).
5. Dari total keseluruhan 39 orang responden, diketahui lebih dari separuh responden tidak memiliki kebiasaan olahraga (59.0%).
6. Terdapat hubungan yang bermakna antara keluhan CTDs dengan risiko ergonomi pekerjaan.
7. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara keluhan CTDs dengan umur pekerja.
8. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara keluhan CTDs dengan masa kerja.
9. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara keluhan CTDs dengan kebiasaan olahraga.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Perusahaan

1. Perusahaan diharapkan untuk terus meningkatkan upaya pemeliharaan kesehatan dan keselamatan pekerja.
2. Perusahaan diharapkan untuk menyediakan APD sesuai dengan risiko pekerjaan pekerja seperti sarung tangan dapat agar dalam proses mengangkat pegangan pekerja lebih baik.
3. Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa risiko tertinggi berada pada bagian punggung dan lengan atas yang diakibatkan gerakan membungkuk dan mengangkat beban melebihi batas yang direkomendasikan (>25kg). Oleh karena itu penerapan alat bantu dalam proses angkat mengangkat seperti crane dapat dilakukan untuk meminimalisir keluhan CTDs pada pekerja.
4. Meningkatkan edukasi mengenai pentingnya keselamatan kerja berupa training berkala.

6.2.2 Bagi Pekerja

1. Pekerja diharapkan untuk selalu memperhatikan postur/sikap kerja yang baik (bekerja dalam posisi lurus dan tegap, menghindari gerakan memutar, berada pada satu posisi dalam waktu yang lama) dalam melakukan pekerjaan sehingga dapat terhindar dari risiko CTDs maupun penyakit dan kecelakaan kerja lainnya.

6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

1. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti faktor lain yang mungkin berhubungan dengan keluhan CTDs pada pekerja seperti faktor lingkungan dan psikososial.

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan penelitian mengenai CTDs pada populasi dan sampel yang lebih luas agar dapat menghindari bias yang dapat mempengaruhi perhitungan statistik penelitian.



