

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan tujuan dan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh penulis terhadap 15 responden pekerja *manual handling/wet tipping* Departemen Egron PT Nestle Indonesia, Karawang. Dapat disimpulkan hasil sebagai berikut:

1. Dari 15 operator terdapat 7 orang operator (47%) memiliki tingkat risiko postur kerja yang sedang sedangkan sisanya sebanyak 8 operator (53%) memiliki tingkat risiko postur kerja yang sangat tinggi.
2. Dari hasil perhitungan persentase indeks risiko NBM didapatkan bahwa sebesar 53% mengeluhkan sakit pada bahu kiri dan kanan, 50% mengeluhkan sakit pada lengan atas kiri, 63% mengeluhkan sakit pada punggung, 63% mengeluhkan sakit pada pinggang dan sebanyak 65% mengeluhkan sakit pada pinggul dan jika melihat hasil indeks risiko yang paling tinggi terletak pada keluhan rasa sakit pada pinggul.
3. Klasifikasi tingkat risiko otot skeletal berdasarkan total skor individu NBM didapatkan sebanyak 3 (20%) operator memiliki tingkat risiko “sedang” dan 8 operator (53%) memiliki tingkat risiko “tinggi”. Sisanya sebanyak 4 orang operator (27%) memiliki tingkat risiko otot skeletal kategori “sangat tinggi”
4. Berdasarkan hasil analisa *uji independent sample t test* menggunakan SPSS 25 antara usia pekerja < 30 tahun dan > 30 tahun dengan keluhan sistem otot skeletal didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang tidak signifikan antara rata-rata tingkat keluhan otot skeletal usia < 30 tahun dengan kelompok usia ≥ 30 tahun dengan rata-rata kelompok usia ≥ 30 tahun mengalami tingkat keluhan otot skeletal yang lebih tinggi daripada kelompok usia < 30 tahun.
5. Berdasarkan hasil analisa *uji independent sample t test* menggunakan SPSS 25 antara masa kerja < 5 tahun dan > 5 tahun dengan keluhan sistem otot skeletal, didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan yang tidak signifikan antara rata-rata tingkat keluhan masa kerja < 5 tahun dengan kelompok masa kerja ≥ 5 tahun dengan rata-rata kelompok masa kerja ≥ 5 tahun mengalami

tingkat keluhan otot skeletal yang lebih tinggi daripada kelompok masa kerja < 5 tahun.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil dari penelitian, penulis merekomendasikan berupa saran-saran sebagai berikut:

1. Memberikan pelatihan tentang metode kerja yang berhubungan dengan angkat dan angkut secara *manual* sesuai dengan kaidah ergonomi
2. Memberikan usulan perbaikan berupa rekayasa teknik seperti penggunaan alat bantu mekanik, perbaikan *layout* pekerjaan, redesain pekerjaan.
3. Memberikan usulan perbaikan berupa pengendalian administratif seperti; pengembanagn sistem kerja yang aman dan selamat, melakukan rotasi pekerjaan dan mempertimbangan  tentang masalah kesehatan dan usia pekerja.
4. Penyediaan waktu pemulihan atau *recovery* yang diharapkan dapat membantu mencegah kelelahan dan cedera otot.
5. Meningkatkan kesadaran dalam penggunaan APD.

