# BAB V
# KESIMPULAN DAN SARAN

## 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Setelah menjalankan perhitungan CLI dari sepuluh pekerja guna mengevaluasi apakah aktivitas tersebut menghadirkan potensi risiko cedera atau tidak, hasil nilai CLI dari kesepuluh pekerja adalah sebagai berikut:
   Dengan nilai CLI berada di (11,18) yang terendah dan (23,34) yang paling tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa nilai CLI>3 sangat bersisiko. Tetapi setelah dilakukannya perbaikan didapatkan nilai pekerja dengan CLI > 3 yaitu pekerja 1, (3,56) pekerja 9 (3,42) dan pekerja 10 (3,38) ini tidak sebesar seperti sebelum perbaikan dan untuk pekerja 2, 3, 4, 5, 6, 7, dan 8 berada diantara (2) sampai (2,85) CLI < 3 berarti pengendalian ini cukup untuk menghindari risiko terjadinya keluhan akibat pekerjaan.
2. Setelah dilakukan perhitungan *Single Task Recomended Weight Limit* untuk mengetahui beban maksimal yang dapat diangkat oleh pekerja diperoleh nilai STRWL rata-rata dari kesepuluh pekerja adalah 16,05 Kg. Dan setelah dilakukannya perbaikan didapatkan nilai seberat 18,44 Kg ada peningkatan dari sebelum perbaikan. Dari data yang telah diketahui bahwa nilai STRWL jauh dibawah nilai berat beban yang sebenarnya diangkat oleh para pekerja yaitu seberat 50 kg.

## 5.2 Saran

Berdasarkan pengamatan dan penelitian yang dilakukan, risiko cedera pada pekerja bongkar muat beras dengan menggunakan metode NIOSH Lifting Equation terbukti tinggi. Oleh karena itu, diperlukan tindakan perbaikan yang tepat guna mencegah gangguan kesehatan yang terjadi akibat pekerjaan tersebut. Dengan mempertimbangkan hasil dari NIOSH *Lifting Equation*, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Proses pemindahan beras dari mobil kegudang bahan baku sebaiknya dilakukan menggunakan alat bantu troli sehingga bahu pekerja tidak terpapar berat beban yang diangkat
2. Pengurangan berat beban berdasarkan nilai STRWL (*Single Task Recommended Weight Limit*) yang telah dihitung
3. Proses pengangkatan dan penyusunan beras sebaiknya dilakukan oleh dua orang sehingga berat beban terbagi dua
4. Memberikan jeda waktu tertentu sehingga fm dan durasi dapat menurun.