

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis variabel yang diteliti tentang faktor-faktor yang mempengaruhi keluhan MSDs pada pekerja informal bongkar muat TBS sawit di Desa Adipurwa Kec. Merlung Tahun 2020, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Ada hubungan antara usia dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada tenaga kerja bongkar muat TBS sawit di Desa Adipurwa Kec. Merlung Tahun 2020 ($p=0,015$)
2. Tidak ada hubungan antara status gizi (IMT) dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada tenaga kerja bongkar muat TBS sawit di Desa Adipurwa Kec. Merlung Tahun 2020 ($p=0,264$)
3. Ada hubungan antara masa kerja dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada tenaga kerja bongkar muat TBS sawit di Desa Adipurwa Kec. Merlung Tahun 2020 ($p=0,018$)
4. Ada hubungan antara sikap kerja dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada tenaga kerja bongkar muat TBS sawit di Desa Adipurwa Kec. Merlung Tahun 2020 ($p=0,000$)
5. Ada hubungan antara beban kerja dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada tenaga kerja bongkar muat TBS sawit di Desa Adipurwa Kec. Merlung Tahun 2020 ($p=0,007$)

5.2 SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan keluhan MSDs pada pekerja informal bongkar muat TBS sawit di Desa Adipurwa Kec. Merlung Tahun 2020, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Pekerja

Disarankan bagi para kerja untuk melakukan bongkar muat di dataran tinggi, dengan tempat pengumpulan sawit di atas dan truk berada dibawah sehingga dapat

mengurangi posisi bungkuk serta melakukan peregangan otot sebelum bekerja dan juga istirahat yang cukup agar dapat mengurangi kelelahan, ketegangan dan keluhan otot.

2. Bagi Peneliti Lain

Peneliti lain disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai postur kerja dan status gizi, meski status gizi tidak berhubungan tetapi status gizi merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya keluhan MSDs. Diharapkan pada peneliti selanjutnya melakukan kajian lebih dalam lagi dalam menganalisis hal tersebut.