

BAB V

KESIMPULAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian terkait keluhan *musculoskeletal disorders* pada karyawan bagian produksi di PT.XYZ Kota Jambi, dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil pengukuran keluhan *musculoskeletal disorders* menunjukkan bahwa responden yang mengalami keluhan *musculoskeletal disorders* resiko tinggi sebesar 58% dan responden yang mengalami tingkat resiko sedang sebesar 42%. Hasil penelitian pengukuran variabel faktor risiko keluhan *musculoskeletal disorders* menunjukkan bahwa distribusi frekuensi postur resiko tinggi responden kategori berisiko tinggi sebesar 58%, umur(>35 tahun) sebesar 74%, masa kerja berisiko (>5 tahun) sebesar 70%, memiliki kebiasaan merokok sebesar 66%, lama kerja (>8 jam) sebesar 72%, dan IMT normal sebesar 68%, memiliki kebiasaan olahraga 26%
2. Ada hubungan antara Postur tubuh dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada karyawan bagian produksi di PT. XYZ Kota Jambi
3. Ada hubungan antara Umur dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada karyawan bagian produksi di PT. XYZ Kota Jambi
4. Tidak Ada hubungan antara Masa Kerja dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada karyawan bagian produksi di PT. XYZ Kota Jambi
5. Ada hubungan antara Kebiasaan Merokok dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada karyawan bagian produksi di PT. XYZ Kota Jambi
6. Ada hubungan antara Lama Kerja dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada karyawan bagian produksi di PT. XYZ Kota Jambi
7. Tidak ada hubungan antara IMT dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada karyawan bagian produksi di PT. XYZ Kota Jambi
8. Tidak ada hubungan antara Kebiasaan Olahraga dengan keluhan

musculoskeletal disorders pada karyawan bagian produksi di PT. XYZ Kota Jambi.

5.2 Saran

Adapun saran yang bisa peneliti berikan terkait hasil penelitian, antara lain:

1. Bagi Pekerja Bagian Produksi PT. XYZ Kota Jambi
 - a. Memperhatikan kondisi postur tubuh ketika melakukan aktivitas kerja sehari-hari, yang harus terkoordinasi antara lama kerja dan efisiensi kerja supaya tidak memicu terjadinya keluhan MSDS saat kerja.
 - b. Membiasakan pekerja melakukan pemanasan sebelum kerja, peregangan otot di sela-sela pekerjaan atau saat beristirahat agar peredaran darah stabil sehingga tubuh dalam keadaan statis terlalu lama yang dapat menyebabkan pekerja mudah lelah.
2. Bagi PT. XYZ Kota Jambi
 - a. Diharapkan dapat menerapkan menyelipkan waktu istirahat singkat pada jam kerja yang telah disepakati oleh perusahaan, bertujuan untuk menurunkan angka keluhan MSDS serta mengoptimalkan produktifitas kerja.
 - b. Perusahaan diharapkan dapat menyediakan sarana untuk memudahkan pekerja untuk mendapatkan air minum, contohnya dengan menyediakan galon dan dispenser di setiap sudut area kerja.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih komprehensif dan mendapatkan perbandingan mengenai kejadian *Musculoskeletal*.