

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di PT. Hok Tong Jambi, dapat disimpulkan bahwa:

1. Responden yang mengalami keluhan *musculoskeletal disorders* tinggi sebanyak 76,6%, durasi kerja tidak normal sebesar 51,1%, beban kerja yang berisiko sebesar 72,3%, sikap kerja yang tidak ergonomis sebesar 66,0%, tingkat risiko ergonomi yang tinggi sebesar 72,3%, frekuensi kerja yang tidak normal 66,0%.
2. Tidak ada hubungan yang signifikan antara durasi kerja dengan *musculoskeletal disorders* pada pekerja karet di PT. Hok Tong Jambi Tahun 2024.
3. Ada hubungan yang signifikan antara berat beban dengan *musculoskeletal disorders* pada pekerja karet di PT. Hok Tong Jambi Tahun 2024.
4. Ada hubungan yang signifikan antara sikap kerja dengan *musculoskeletal disorders* pada pekerja karet di PT. Hok Tong Jambi Tahun 2024.
5. Tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat risiko ergonomi dengan *musculoskeletal disorders* pada pekerja karet di PT. Hok Tong Jambi Tahun 2024.
6. Ada hubungan yang signifikan antara frekuensi Kerja dengan *musculoskeletal disorders* pada pekerja karet di PT. Hok Tong Jambi Tahun 2024.
7. Rekomendasi perbaikan sikap kerja untuk mengurangi terjadinya *musculoskeletal disorders* (MSDs) pada pekerja bagian produksi karet

5.2 Saran

Adapun saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi tenaga kerja
 - a) Perlu memperhatikan sikap kerja pada saat bekerja, melakukan peregangan otot setelah pekerja merasa pegal atau nyeri di beberapa bagian tubuh punggung, dan kaki agar dapat terhindar dari keluhan muskuloskeletal.
 - b) Mengurangi berat beban yang dilakukan secara berulang-ulang dan menyesuaikan prinsip-prinsip ergonomi K3.
2. Bagi perusahaan
 - a) Dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan untuk memberikan sosialisasi mengenai *musculoskeletal disorders*.
 - b) Melakukan pengecekan secara rutin terhadap pekerja dan sarana di tempat kerja agar terhindar dari penyakit akibat kerja dan kecelakaan kerja.
3. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian mendalam mengenai *musculoskeletal disorders* dengan variabel yang belum diteliti seperti suhu, kelembapan, pencahayaan dan kebisingan. Sehingga diharapkan mampu mengembangkan dan mempertajam penelitian ini agar mendapatkan hasil yang maksimal.