

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang didapatkan berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai faktor yang berhubungan dengan keluhan *musculoskeletal disorders* (MSDs) pada pekerja bagian produksi PT. Primastra Sandang Lestari Tahun 2022 yaitu sebagai berikut :

1. Sebagian besar pekerja berumur > 35 tahun.
2. Sebagian besar pekerja mempunyai masa kerja > 5 tahun.
3. Hampir seluruh pekerja tidak memiliki kebiasaan merokok.
4. Hampir seluruh pekerja memiliki nilai indeks massa tubuh tidak berisiko.
5. Hampir setengahnya pekerja memiliki postur kerja berisiko.
6. Hampir setengahnya pekerja mengalami keluhan *musculoskeletal disorders*.
7. Terdapat hubungan antara umur dengan keluhan *musculoskeletal disorders* (MSDs) pada pekerja bagian produksi PT. Primastra Sandang Lestari Tahun 2022.
8. Terdapat hubungan antara masa kerja dengan keluhan *musculoskeletal disorders* (MSDs) pada pekerja bagian produksi PT. Primastra Sandang Lestari Tahun 2022.
9. Tidak terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dengan keluhan *musculoskeletal disorders* (MSDs) pada pekerja bagian produksi PT. Primastra Sandang Lestari Tahun 2022.
10. Tidak terdapat hubungan antara indeks massa tubuh dengan keluhan *musculoskeletal disorders* (MSDs) pada pekerja bagian produksi PT. Primastra Sandang Lestari Tahun 2022.
11. Terdapat hubungan antara postur kerja dengan keluhan *musculoskeletal disorders* (MSDs) pada pekerja bagian produksi PT. Primastra Sandang Lestari Tahun 2022.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan peneliti ingin memberikan saran kepada beberapa pihak terkait, yaitu sebagai berikut :

1. Bagi pekerja bagian produksi PT. Primastra Sandang Lestari diharapkan untuk memanfaatkan waktu istirahat dengan melakukan kegiatan peregangan selama ± 5 menit sebelum bekerja dan mempelajari tentang bahaya *musculoskeletal* dan cara penanggulangannya.
2. Bagi PT. Primastra Sandang Lestari diharapkan untuk melakukan modifikasi pada ketinggian mesin sehingga memungkinkan pekerja untuk berada pada posisi aman serta memberikan pelatihan pada pekerja tentang bahaya *musculoskeletal* dan cara penanggulangannya.
3. Bagi program studi S1 Kesehatan Masyarakat dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan implementasi keilmuan di bidang kesehatan masyarakat terkait faktor yang berhubungan dengan keluhan *musculoskeletal disorders* pada pekerja di lingkungan tempat kerja.
4. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menggunakan metode lain untuk menilai risiko ergonomi dengan sumber data yang lebih lengkap dan akurat dan menambahkan variabel-variabel lain untuk memperoleh hasil penelitian yang lebih akurat. Selain itu, peneliti dapat melakukan intervensi program pencegahan *musculoskeletal disorders*.