

BAB VI

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Adapun kesimpulan yang didapatkan dari penelitian di PT. Ravana Jaya adalah sebagai berikut:

1. Postur kerja di PT. Ravana Jaya terdapat beberapa macam postur kerja seperti:
 - a. Membungkuk : Ketegangan otot punggung dan pinggang mungkin disebabkan oleh postur kerja yang membungkuk. Ini karena saat Anda membungkuk, otot-otot di pinggang dan punggung tertarik ke atas.
 - b. Jongkok: Jongkok saat bekerja dapat menyebabkan ketegangan otot punggung dan kaki serta postur kerja yang buruk. Selain itu, lutut menjadi titik tumpu, yang dapat menyebabkan nyeri pada kaki dan punggung.
 - c. Berdiri: postur kerja dengan posisi berdiri dapat menyebabkan rasa nyeri serta ketegangan pada otot kaki dan leher.

Dari beberapa postur kerja tersebut dapat berpotensi menyebabkan keluhan *musculoskeletal*

disorders serta dapat mengurangi produktivitas pekerja

2. Berdasarkan Hasil analisis menunjukkan bahwa postur pekerja pada saat proses pengelasan pada Pak Ropik dan Pak Alim mendapat nilai akhir sebesar 9 yang menunjukkan risiko tinggi dan perlunya segera dilakukan perubahan postur tubuh untuk mengurangi keluhan musculoskeletal disorder (MSDs). Informasi tersebut berdasarkan identifikasi postur tubuh pekerja dengan metode REBA. Tubuh pekerja Pak Ilham memperoleh nilai akhir sebesar 7, yang menunjukkan bahwa postur ini secara keseluruhan sangat membebani dan dapat menimbulkan keluhan operator. Perbaikan sebaiknya segera dilakukan untuk mengurangi keluhan Musculoskeletal Disorder (MSDS).
3. Pada postur kerja di PT. Ravana Jaya terdapat postur kerja yang digunakan tidak ergonomis Sehingga perlu dilakukan perbaikan postur kerja dengan cara memberi meja pada benda kerja agar operator tidak membungkuk saat pekerja

6.2 Saran

Saran yang dapat diberikan untuk penelitian di PT. Ravana Jaya adalah sebagai berikut:

1. Saran Bagi Perusahaan
 - a. Lakukan program peregangan otot untuk para pekerja sebelum melakukan aktivitas kerja yang dilakukan cukup 5-10 menit, sehingga bisa meminimalisir keluhan Musculoskeletal Disorders akibat aktivitas kerja yang dilakukan.
 - b. Menciptakan ruang atau peralatan kerja, termasuk meja kerja, untuk proses pengelasan yang memungkinkan karyawan melakukan pekerjaannya secara efisien dan nyaman sekaligus menurunkan risiko gangguan muskuloskeletal (MSDS).
2. Saran Bagi Peneliti Selanjutnya
 - a. Diharapkan bahwa variabel lain yang tidak tercakup dalam penelitian ini yang mungkin terkait dengan MSDs dapat diselidiki oleh peneliti selanjutnya..
 - b. Hal ini dapat menjadi inspirasi untuk penelitian masa depan mengenai elemen

tambahan yang menyebabkan penyakit pada sistem muskuloskeletal

