

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Investigasi yang dilakukan terhadap 60 responden yang bekerja di PKS Pagar Merbau PTPN IV Divre 2 Lubuk Pakam di Desa Store Serdang, Sumatera Utara, menghasilkan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan penelitian yang dilakukan terhadap 60 orang karyawan PKS Pagar Merbau PTPN IV Wilayah 2 Lubuk Pakam Kebun Serdang Sumatera Utara, terdapat hubungan antara kepedulian terhadap MSDs dengan tindakan.
2. Dari evaluasi posisi dengan menggunakan Nordic Body Guide (NBM) pada pekerja spesialis di PKS Pagar Merbau PTPN IV Wilayah 2 Kebun Lubuk Pakam, Toko Serdang, Sumatera Utara, ditemukan bahwa dari 60 responden ahli yang dibedah, 100 persen pekerja mengalami keluhan dengan keluhan paling banyak dirasakan oleh responden di bagian tengah, secara eksplisit 58 responden (96,6%), seperti yang disurvei dengan falsafah Rappid Whole Body Assesment (REBA).
3. Mayoritas responden (65%) mengeluhkan tentang Musculoskeletal Disorders (MSDs).
4. Uji kuantitatif Chi-Square menghasilkan nilai $p = 0,000$, yang menunjukkan bahwa keluhan Gangguan Muskuloskeletal Disorders (MSDs) pada pekerja PKS PTPN IV Regional 2 LubukPakam Pagar

Merbau di Kebun Serdang, Sumatera Utara, secara umum berhubungan dengan pekerjaan yang dilakukan..

5.2 Saran

Berikut ini adalah ide-ide yang muncul dengan mempertimbangkan keterkaitan antara keluhan-keluhan MSD yang dicatat oleh para responden yang bekerja di dinding Merbau PTPN IV Kebun Dekat 2 Lubuk Pakam Serdang Sumatera Utara:

1. Pemilik Organisasi a dan b Para pelaku bisnis seharusnya lebih memfokuskan diri untuk memberikan posisi atau jabatan yang nyaman dan ergonomis bagi para wakilnya. Para spesialis keuangan harus memberikan data kepada para spesialis tentang pertumbuhan otot ketika bekerja.

2. Untuk Supervisor atau Pekerja a. Pekerja sebaiknya melakukan peregangan sebelum melakukan tugasnya. b. c. Pekerja sebaiknya memanfaatkan waktu istirahat untuk melakukan latihan relaksasi otot selama sepuluh menit untuk melancarkan peredaran darah ke seluruh tubuh. Untuk meningkatkan ketahanan tubuh saat bekerja, pekerja juga harus melakukan upaya pencegahan gangguan tulang dan otot (MSDs) dengan menerapkan pola hidup sehat, seperti tidak merokok, banyak berolahraga, dan makan makanan bergizi.

3. Untuk Ahli Tambahan Perlu untuk meningkatkan instrumen yang digunakan oleh ilmuwan tambahan. Selain itu, dapat menyelidiki mentalitas atau sikap di tempat kerja dengan menggunakan metode selain Reba.