

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini, dijabarkan mengenai kesimpulan dari penelitian yang telah dilakukan serta saran untuk penelitian selanjutnya. Kesimpulan yang dijabarkan merupakan jawaban dari tujuan penelitian yang telah dirumuskan sebelumnya. Saran yang dijabarkan merupakan hasil evaluasi dan refleksi dari penelitian ini supaya penelitian dimasa yang akan datang dapat lebih baik lagi. Berikut merupakan penjabaran dari kesimpulan dan saran.

V.1 Kesimpulan

Berikut merupakan kesimpulan yang diperoleh berdasarkan penelitian yang telah dilakukan:

1. Tingkat risiko ergonomi di Departemen Sewing pada CV Buana Karya Sejahtera bervariasi, bergantung dari bagian tubuh masing-masing pekerjanya. Terdapat bagian tubuh yang memiliki tingkat risiko rendah, tingkat risiko sedang, dan tingkat risiko tinggi. Bagian tubuh kaki kanan memiliki persentase tingkat risiko tinggi terbesar, yaitu sebesar 43,5%. Bagian tubuh lain yang memiliki tingkat risiko tinggi yaitu leher, bahu kanan, bahu kiri, punggung atas, tangan kanan, tangan kiri, pinggul kanan, pinggul kiri, dan kaki kiri.
2. Usulan yang dirancang pada Departemen *Sewing* di CV Buana Karya Sejahtera berupa pemberian alokasi waktu istirahat untuk peregangan, penyesuaian dimensi kursi kerja dan memodifikasinya, serta perbaikan metode kerja, khususnya pada pengguna mesin *single needle*. Alokasi waktu istirahat diberikan selama 5 menit setiap 2 jam untuk melakukan peregangan, yang mana terdapat seorang instruktur yang memimpin kegiatan peregangan. Penyesuaian dimensi kursi kerja dilakukan dengan menggunakan data antropometri Indonesia berupa tinggi popliteal, lebar pinggul, panjang popliteal, dan dimensi panjang lengan atas. Modifikasi kursi kerja dilakukan dengan memberikan sandaran dan *lumbar support* pada punggung bagian bawah. Perbaikan metode kerja dilakukan pada

pengguna mesin *single needle* dengan mengusulkan penggunaan kedua kaki dalam pengoperasian pedalnya dengan tujuan untuk membagi beban kerja kedua kaki agar lebih seimbang.

3. Hasil dari evaluasi bahwa sistem kerja usulan lebih baik dari sistem kerja awal. Hal tersebut dapat dibuktikan dengan turunnya skor potensi bahaya ergonomi pada tubuh bagian atas kategori postur janggal, dari skor 6 menjadi 2, kategori gerakan lengan, dari skor 3 menjadi 0, dan pada punggung dan tubuh bagian bawah kategori postur janggal, dari skor 11 menjadi 6.

V.2 Saran

Pada subbab ini, akan dijabarkan mengenai saran yang dapat diberikan berdasarkan penelitian yang telah dilakukan. Saran diberikan supaya menjadi bahan evaluasi agar penelitian dimasa yang akan datang dapat lebih baik lagi. Berikut merupakan saran yang dijabarkan dalam bentuk poin-poin.

1. Pengisian kuesioner dilakukan di luar jam kerja agar pekerja dapat fokus menjawab pertanyaan-pertanyaan dari kuesioner.
2. Usulan perbaikan dilakukan hingga tahap implementasi agar mengetahui kekurangan-kekurangan dari usulan yang dirancang.

DAFTAR PUSTAKA

- Anies. (2005). *Penyakit Akibat Kerja*, Jakarta: PT. Elex Media Komputindo.
- Antropometriindonesia. (2013). *Rekap Data Antropometri Indonesia*. Diunduh dari https://antropometriindonesia.org/index.php/detail/artikel/4/10/data_antropometri. [Diakses 12 Januari 2023]
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
- Badan Pusat Statistik. (2013). *Statistik UMKM Tahun 2012–2013*. Diunduh dari: <https://www.bps.go.id/subjek/view/id/9> [Diakses 3 September 2022]
- Badan Standardisasi Nasional. (2021). *SNI 9011:2021. Pengukuran Dan Evaluasi Potensi Bahaya Ergonomi Di Tempat Kerja*. Jakarta: Badan Standardisasi Nasional
- Bank Indonesia (2015). *Profil Bisnis UMKM Tahun 2015*. Diunduh dari: <http://www.bi.go.id/id/umkm/penelitian/nasional/kajian/Documents/Profil%20Bisnis%20UMKM.pdf> [Diakses 3 September 2022].
- Badan Penyelenggara Jaminan Sosial Ketenagakerjaan (2022). *Kasus Kecelakaan Kerja di Indonesia Alami Tren Meningkat*. Diunduh dari: [http://www.bpjsketenagakerjaan.go.id/page/program/Program-Jaminan-Kecelakaan-Kerja-\(JKK\).html](http://www.bpjsketenagakerjaan.go.id/page/program/Program-Jaminan-Kecelakaan-Kerja-(JKK).html) [Diakses 25 September 2022]
- Bridger, R.S. (2003). *Introduction to Ergonomics*. London: Taylor & Francis
- Ergonomics Plus Inc. (2017). *REBA: A Step-by Step Guide*. Diunduh dari: <http://ergo-plus.com/wp-content/uploads/REBA-A-Step-by-Step-Guide.pdf> [Diakses 25 September 2022]
- International Ergonomics Association. (2000). *What is Ergonomics (HFE)?* Diunduh dari: <https://iea.cc/what-is-ergonomics>. [Diakses 20 September 2022]
- International Labour Organization (2013). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja di Tempat Kerja Sarana untuk Produktivitas*. Diunduh dari: <https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@asia/@ro-bangkok/@ilo->

- jakarta/documents/publication/wcms_237650.pdf. [Diakses 20 September 2022]
- Kessler Ergo. (2020). *Sewing Pedals*. Diunduh dari https://www.kessler-ergo.com/us-en/sewing_pedals/. [Diakses 13 Januari 2023]
- Klikdokter. (2017). *Pentingnya Lakukan Peregangan Otot Setiap Hari*. Diunduh dari: <https://www.klikdokter.com/info-sehat/otot-sendi/pentingnya-lakukan-peregangan-otot-setiap-hari> [Diakses 10 Februari 2023]
- Larasati, D.A., Yamtana, & Husein, A. (2018). *Status Ergonomi Posisi Kerja Berdiri dengan Gangguan Otot Rangka (Musculoskeletal Disorders) Pada Tenaga Kerja Laundry di Wilayah Condongcatur*. Diunduh dari: <https://r2kn.litbang.kemkes.go.id/handle/123456789/40355?show=full> [Diakses 20 September 2022]
- Luan, H. D., Hai, N. T., Xanh, P. T., Giang, H. T., Van Thuc, P., Hong, N. M., & Khue, P. M. (2018). Musculoskeletal Disorders: Prevalence and Associated Factors among District Hospital Nurses in Haiphong, Vietnam. *BioMed Research International*, 2018, 1–9. Diunduh dari <https://doi.org/10.1155/2018/3162564>.
- Munro, D. (2013). *A Guide to Financing SMEs*. New York: Palgrave Macmillan.
- Nurmianto, E. (1996). *Ergonomi: Konsep Dasar dan Aplikasinya*. Surabaya: Guna Widya.
- Open Data Jabar. (2022, 6 September). *Jumlah Usaha Mikro Kecil Menengah (UMKM) Berdasarkan Kabupaten/Kota dan Kategori Usaha di Jawa Barat*. Diunduh dari: <https://opendata.jabarprov.go.id/id/dataset/jumlah-usaha-mikro-kecil-menengah-umkm-berdasarkan-kabupatenkota-dan-kategori-usaha-di-jawa-barat> [Diakses 20 September 2022]
- Riyadina, W. (2007). Cedera Akibat Kerja pada Pekerja Industri di Kawasan Industri Pulo Gadung Jakarta. *Makara Journal of Health Research*, (11)1, 25-31.
- Susanto, A., Komara, Y.I., Mauliku, N.E., Khaliwa, A.M., Abdilah, A.D., Syuhada, A.D., & Putro, E.K. (2022). Pengukuran Dan Evaluasi Potensi Bahaya Ergonomi Di Laboratorium Analisis & Assay Divisi Concentrating PT Freeport Indonesia. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*, 2022, (7)1, 36-52.

- Tarwaka. (2015). *Ergonomi Industri, Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi Di Tempat Kerja Ed. II dengan Revisi*. Surakarta: Harapan Press.
- Undang-Undang Nomor 20 Tahun 2008 tentang *Usaha Mikro, Kecil, dan Menengah (UMKM)*
- Wikihow. (n.a). *Cara Melakukan Peregangan*. Diunduh dari: <https://id.wikihow.com/Melakukan-Peregangan>. [Diakses 10 Januari 2023]
- World Health Organization (2003). *Preventing Musculoskeletal Disorders in the Workplace*. Diunduh dari: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42651/924159053X.pdf> [Diakses 20 September 2022]
- World Health Organization. (2021). *Musculoskeletal Condition*. Diunduh dari: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/musculoskeletal-conditions> [Diakses 3 September 2022]