

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil dan analisis data yang dikerjakan di PT. XYZ Indonesia. Khususnya pada aktivitas angkat-angkut barang jadi. Mengurangi atau menghindari keluhan tulang belakang (*musculoskeletal disorders*) dapat diberikan kesimpulan dari penelitian ini adalah:

1. Dari hasil form kuesioner *nordic body map* 10 pekerja operator *packer* bahwa terdapat keluhan - keluhan *musculoskeletal disorders* dan keluhan yang dominan di rasakan operator *packer* adalah punggung, lengan dan kaki.
2. Tekanan beban 20kg yang di angkat operator *packer* selama bekerja mengakibatkan keluhan pada bagian tulang belakang dan lengan bagian atas akibat tekanan beban yang sering secara berulang – ulang dan apabila dinding “*disc*” mulai melemah maka akan terjadi penonjolan. Tonjolan pada *disc* akan memberi tekanan pada saraf dalam dan mengakibatkan rasa nyeri. Jika tekanan pada *disc* masih terus berlanjut, maka dinding bagian luar *disc* akan pecah atau mengalami kelainan.
3. Setelah dilakukan penilaian dengan menggunakan metode OWAS dan perhitungan *grand score* di dapati nilai kategori 9 maka akan di lakukan usulan alat bantu kerja agar mengurangi keluhan *musculoskeletal* yang terjadi pada operator *packer*. Usulan alat bantu kerja berupa *hand pallet scissor* dan *support* punggung.

#### **5.2 Saran**

1. Hasil dari penelitian ini untuk selanjutnya diharapkan dapat langsung diterapkan pada pekerja *packer*.
2. Disarankan perlu diadakan training terhadap pekerja tentang teknik atau cara pengangkatan beban yang baik maupun metode pengakatan yang baik sesuai SOP.