

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Setelah dilakukan penelitian, maka dapat diperoleh kesimpulan untuk menjawab tujuan penelitian yang ditentukan sebagai berikut:

1. Hasil analisis CMDQ menunjukkan bahwa seluruh bagian produksi di PT Gradial Perdana Perkasa mengalami keluhan *musculoskeletal disorders* (MSDs) dengan tingkat keparahan dan intensitas nyeri yang bervariasi. Keluhan dengan tingkat *mild discomfort* paling sering terjadi pada pergelangan tangan kiri (*cutting*), bahu kiri dan lengan bawah kanan (sablon dan *marking*), pantat (jahit), bahu kiri (*assembly*), serta punggung bawah (*packing*). Pada tingkat *moderate discomfort*, keluhan terbanyak terjadi pada kaki kanan (*cutting*), punggung atas (sablon dan *marking*), leher (jahit dan *assembly*), dan lutut kanan (*packing*). Untuk tingkat *severe discomfort*, keluhan dominan terjadi pada kaki kanan (*cutting* dan sablon punggung (jahit), punggung atas (*assembly*), serta bahu kanan dan punggung (*packing*). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar keluhan MSDs dipicu oleh posisi kerja yang tidak ergonomis serta aktivitas kerja statis dalam waktu yang lama.
2. Berdasarkan hasil pengamatan postur kerja menggunakan *Posture Evaluation Index* (PEI), diperoleh bahwa sebagian besar bagian kerja seperti *cutting*, sablon, *marking*, jahit, dan *assembly* memiliki nilai PEI di bawah 2 yang menunjukkan

bahwa postur kerja secara umum masih dalam kategori baik. Namun demikian, pada pekerjaan bagian *packing*, nilai PEI mencapai 2,7 yang tergolong dalam kategori tinggi, sehingga diperlukan perbaikan segera untuk mengurangi risiko MSDs. Perbaikan postur kerja pada proses *packing*, dengan nilai PEI sebesar 1,9, menunjukkan postur kerja yang baik. Selain itu, perubahan metode kerja dengan meletakkan kardus besar di atas meja dan bagian terbuka di samping berhasil mengurangi risiko kelelahan dan cedera otot, serta mempermudah proses memasukkan *box* sepatu. Selain perbaikan postur kerja pada bagian *packing*, usulan program rotasi kerja yang terencana dan penyusunan *Job Safety Analysis* (JSA) menjadi langkah penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang lebih aman dan ergonomis. Implementasi usulan ini diharapkan mampu mengurangi risiko gangguan muskuloskeletal, meningkatkan produktivitas, dan menjadi panduan dalam pelaksanaan kerja yang nyaman dan aman bagi karyawan..

## 5.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka dapat diberikan saran untuk mengurangi cedera muskuloskeletal pada pekerja bagian produksi sebagai berikut:

1. Sebaiknya perusahaan memperhatikan pelaksanaan K3 agar pekerja memahami postur kerja yang ergonomi guna mengurangi cedera.
2. Sebaiknya perusahaan menyediakan sistem pergantian tugas (*job rotaion*) antar pekerja guna mengurangi risiko kelelahan otot akibat posisi kerja yang statis dan berulang.

3. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk membuat model jadwal rotasi kerja yang disesuaikan dengan karakteristik pekerjaan, jumlah tenaga kerja, dan risiko MSDs.