

BAB 8

SIMPULAN DAN SARAN

1.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada aktivitas mengangkat pasien di Unit Gawat Darurat (UGD) Rumah Sakit Atma Jaya terhadap risiko *Musculoskeletal Disorders (MSDs)* berdasarkan metode *Rapid Entire Body Assessment (REBA)* didapatkan beberapa simpulan sebagai berikut :

1. Terdapat Sembilan aktivitas yang diteliti pada aktivitas mengangkat pasien oleh perawat UGD, yaitu:
 - a. Mengangkat pasien dengan kondisi sadar yaitu pada saat memasang kaset *rontgen* di Unit Radiologi.
 - b. Mengangkat pasien dengan kondisi sadar yaitu pada saat melepas kaset *rontgen* dan mengembalikan posisi pasien ke seperti semula di Unit Radiologi.
 - c. Mengangkat pasien dengan kondisi sadar dan si pasien dapat menggeser tubuhnya sendiri, posisi perawat berada di sebelah kiri pasien di Unit Rawat Inap.
 - d. Mengangkat pasien dengan kondisi sadar dan si pasien dapat menggeser tubuhnya sendiri, posisi perawat berada di sebelah kanan pasien di Unit Rawat Inap.
 - e. Mengangkat pasien dengan kondisi sadar namun pasien tidak dapat menggeser tubuhnya sendiri sehingga perawat menarik pasien dengan selimut di Unit Rawat Inap.
 - f. Mengangkat pasien dengan kondisi sadar namun pasien tidak dapat menggeserkan tubuhnya sendiri dan tidak memungkinkan penggunaan selimut di Unit Rawat Inap.
 - g. Persiapan mengangkat pasien dengan kesadaran menurun di Unit Rawat Inap.
 - h. Persiapan pengangkatan pasien kesadaran menurun dengan bantuan keluarga pasien di Unit Rawat Inap.

- i. Pengangkatan pasien kesadaran menurun dengan bantuan keluarga pasien di Unit Rawat Inap.
2. Dari sembilan aktivitas mengangkat yang dilakukan perawat UGD maka secara keseluruhan aktivitas tersebut berpotensi risiko terjadinya *Musculoskeletal Disorders* (MSDs).
3. Tingkat risiko MSDs yang tertinggi adalah pada aktivitas saat mengangkat pasien kesadaran menurun di unit rawat inap. Nilai REBA pada tugas ini menghasilkan nilai sebesar 11 poin pada kedua bagian tubuh perawat, yaitu baik di bagian tubuh sebelah kiri dan kanan.
4. Tingkat risiko terendah terjadinya MSDs adalah pada saat mengangkat pasien sadar dan dapat menggeser tubuhnya sendiri yaitu saat posisi perawat di sebelah kanan pasien. Nilai yang dihasilkan dengan skor REBA adalah 6 poin untuk bagian tubuh sebelah kiri perawat dan 7 poin untuk bagian tubuh sebelah kanan perawat.
5. Faktor risiko terjadinya MSDs dapat ditemukan pada punggung (*trunk/back*) yang membungkuk ke depan, miring dan memutar, postur leher (*neck*) yang menekuk ke bawah, menekuk ke samping dan memutar, lutut yang fleksi, bahu (*shoulder*) yang naik, siku (*elbow*) yang selalu fleksi, dan pergelangan tangan (*wrist*) yang fleksi dan ekstensi.

1.2 Saran

Terdapat beberapa pengendalian yang bisa direkomendasikan untuk mencegah atau meminimalisasi risiko terjadinya *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) bagi perawat UGD Rumah Sakit Atma Jaya, adalah sebagai berikut:

1. Faktor Teknis:
 - Gunakan *brancar* yang dapat diatur ketinggiannya sehingga sesuai dengan kondisi tubuh perawat.
 - Gunakan *scopestrecher* yang berbahan ringan, sehingga total berat yang diangkat, termasuk beban pasien dapat diangkat sesuai kapasitas perawat yang mengangkat.
 - Gunakan selimut yang dilengkapi dengan tali untuk genggaman tangan sehingga ketika proses pemindahan tidak mencederai perawat.

- Jika memungkinkan gunakan alat bantu berupa mesin yang dapat mengangkat pasien, yaitu dengan metode *hoist* (Gambar 2.6)
2. Faktor Lingkungan
Hal ini termasuk kondisi lingkungan dibuat senyaman mungkin bagi pekerja, sehingga terhindar dari bahaya fisik (panas, radiasi, bising, dan lain-lain), bahaya kimia dan bahaya biologis. Psikososial pekerja juga diperhatikan termasuk hubungan antar pekerja.
 3. Pembebanan kerja fisik seperti mengangkat pasien yang harus disesuaikan dengan kemampuan fisik perawat (5/7kg per kg berat badan).
 4. Sikap tubuh saat mengangkat pasien diupayakan dengan benar dan ergonomis untuk menghindari gangguan otot rangka. Hal ini didukung dengan pelatihan dan SOP yang berkaitan dengan mengangkat pasien yang aman.
 5. Kesegaran jasmani para perawat dengan melakukan olah raga teratur dan peregangan ringan pada otot-otot tubuh sehingga dapat bekerja dengan bugar pada sebelum bekerja.
 6. Waktu kerja dan waktu istirahat sesuai dengan beban kerja.
 7. Dilakukan penambahan tenaga perawat di UGD agar saat proses mengangkat tidak menciderai perawat dan tidak melibatkan keluarga pasien. Diharapkan pada perawat UGD memperbanyak tenaga pria dibandingkan wanita, karena aktivitas mengangkat ini sering terjadi dan rentan bagi para wanita.
 8. Perlu dibuat klinik khusus yang melayani karyawan RS Atma Jaya, termasuk para perawat, sehingga data rekam medik mengenai penyakit yang diderita terutama diagnosis penyakit pada MSDs dapat terdokumentasi dan dilakukan tindak lanjut pada perawat tersebut.
 9. Perawat dianjurkan menggunakan korset agar terhindar dari posisi membungkuk. Korset ini biasanya digunakan oleh perawat yang telah cidera punggung.
 10. Penggunaan verban elastis untuk lutut perawat perlu dianjurkan karena aktivitas perawat yang membutuhkan kecepatan dan beban yang diangkat berat, sehingga terhindar cidera di daerah lutut.