

BAB VII

SIMPULAN DAN SARAN

7.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian analisis risiko *musculoskeletal disorders* (MSDs) pada pekerja 12 *laundry* sektor usaha informal yang diperoleh maka dapat diambil kesimpulan yaitu:

- a. Aktivitas pekerjaan 12 *laundry* sektor usaha informal kecamatan beji kota Depok terdiri dari 5 tahap yaitu penimbangan, pencucian dan pemerasan, pengeringan, setrika dan pelipatan serta pengemasan.
- b. Pada proses penimbangan, pencucian dan pemerasan serta pengeringan postur tubuh yang paling dominan digunakan dan memiliki tingkat risiko adalah bagian leher, punggung, lengan atas, lengan bawah dan pergelangan tangan. Sedangkan untuk proses setrika dan pelipatan serta pengemasan postur tubuh yang paling dominan digunakan dan memiliki tingkat risiko adalah bagian leher, punggung, lengan atas, lengan bawah, pergelangan tangan dan kaki.
- c. Berat objek yang digunakan pada proses penimbangan, pengeringan, setrika, pelipatan dan pengemasan masih dibawah batas normal yaitu <5 kg tetapi pada proses pencucian dan pemerasan berat objek mencapai 5 – 10 kg saat pekerja membawa cucian ke mesin pengering. Untuk coupling pada proses penimbangan bernilai cukup baik tetapi pada proses pencucian dan pemerasaan saat pekerja membawa cucian ke mesin pengering serta pada proses setrika dan pelipatan coupling bernilai baik. Sedangkan untuk nilai aktivitas hanya dimiliki pada proses pencucian dan pemerasaan saat memasukan cucian ke mesin cuci, mengeluarkan cucian dari mesin cuci, meletakan cucian ke dalam keranjang dan proses pengeringan saat memasukan cucian ke mesin pengering yaitu berupa aktivitas berulang serta proses setrika dan pelipatan yaitu berupa aktivitas berulang dan posisi statis.
- d. Tingkat risiko pada proses penimbangan, pencucian dan pemerasan masuk dalam kategori sedang kecuali pada aktivitas meletakan cucian ke dalam

keranjang mencapai kategori tinggi. Sedangkan pada proses pengeringan memiliki tingkat risiko sedang kecuali pada aktivitas mengangkat cucian ke mesin pengering tingkat risikonya rendah. Selain itu untuk proses setrika dan pelipatan kisaran tingkat risiko tergolong sedang untuk bagian tubuh sebelah kiri dan sebelah kanan memiliki tingkat risiko tinggi.

- e. Keluhan subjektif berdasarkan bagian tubuh yang paling banyak disebutkan pekerja adalah bahu kanan yang berjumlah 20 orang (76.9%). Hampir seluruh pekerja dengan jumlah 24 orang (92.3%) menyatakan bahwa keluhan terasa setelah melakukan pekerjaan. Untuk tingkat keseringan keluhan dirasakan paling banyak pekerja memilih 1 – 2 kali/minggu sejumlah 19 orang (73.1%). Tingkat keparahan yang paling banyak dikeluhkan pekerja adalah masih dalam taraf sedang (masih bisa bekerja) yang berjumlah 18 orang (69.2%). Jika mengalami keluhan biasanya cara yang paling sering dilakukan untuk memulihkan kondisi adalah hanya dengan istirahat (tidur, rebahan dan tidak melakukan aktivitas berat) sebanyak 16 orang (61.5%). Untuk proses aktivitas kerja di 12 *laundry* ini pekerja paling banyak mengalami keluhan pada saat menyetrika.
- f. Untuk penelitian ini belum dapat dipastikan bahwa pada pekerja *laundry* memiliki gangguan muskuloskeletal karena banyak faktor risiko ergonomi yang belum diteliti antara lain faktor lingkungan kerja (suhu, pencahayaan, disain tempat kerja), faktor pekerjaan selain postur kerja (frekuensi, durasi, vibrasi) dan faktor individu (usia, masa kerja, antropometri) sebagai penilaian.

7.2 Saran

- a. Pada proses penimbangan sebaiknya peralatan timbangan tidak diletakan di lantai namun diletakan di atas meja dimana tinggi meja diatur sedemikian rupa agar saat menimbang pekerja tidak membungkuk.
- b. Pada proses pencucian dan pemerasan sebaiknya barang yang ingin dicuci terlebih dahulu dilakukan penyortiran namun pada proses ini penyortiran dilakukan sebelum cucian dimasukan ke dalam mesin cuci sehingga hal tersebut membuat proses pencucian memakan waktu yang lebih lama serta membuat bagian tubuh lengan atas dan lengan bawah lebih lama bergerak.
- c. Pada proses setrika dan pelipatan sebaiknya pekerja melakukan pekerjaannya dengan posisi berdiri dan duduk dengan menggunakan kursi yang dilakukan secara bergantian. Untuk lebih baiknya pihak pengelola *laundry* merancang ulang peralatan kerja seperti pada saat posisi berdiri dan duduk secara bergantian mengubah tempat bekerja menyetrika dengan menggunakan meja setrika dan kursi sadel sebagai tempat duduk yang didisain sesuai antropometri pekerja. Kursi sadel dapat diturunkan dan dinaikan agar mudah menyesuaikan dengan antropometri pekerja.
- d. Pengaturan waktu kerja yang sesuai minimal dalam 8 jam kerja ada waktu luang untuk istirahat selama 1 jam. Tetapi jika waktu kerja lebih dari 8 jam maka waktu istirahat harus disesuaikan pula.
- e. Adanya penelitian lanjutan mengenai disain peralatan kerja di *laundry* khususnya pada proses setrika (meja setrika dan kursi sadel).
- f. Adanya promosi dan sosialisasi oleh Dinas Kesehatan Kota Depok atau instansi terkait kepada masyarakat mengenai risiko ergonomi khususnya pada pekerja *laundry* sektor usaha informal.