

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan pengolahan data dan pembahasan analisa pada penelitian ini, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Berdasarkan hasil pengolahan data dengan metode RULA maka dapat disimpulkan bahwa postur kerja yang memiliki resiko tertinggi adalah postur kerja duduk di lantai dengan posisi kaki yang ditekuk, dengan jumlah skor 6 dengan action level 3 yaitu dipelukan adanya penanganan dan perbaikan segera. Selain itu, ada postur kerja jongkok dan postur kerja duduk di kursi yang dimana memiliki skor nilai yang sama yaitu dengan skor 3 yang merupakan tingkat resiko rendah dengan action level 2 yang artinya tetap perlu dilakukan perubahan karena ditakutkan adanya cedera otot apabila dilakukan dalam jangka waktu yang lama.
2. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa keluhan yang sering terjadi terdapat pada pinggang dan kaki, pada setiap stasiun kerja keluhan pada pinggang terjadi karena posisi punggung cenderung membungkuk yang pada akhirnya keluhan sakit menyebar ke pinggang, untuk keluhan pada kaki khususnya pada stasiun kerja pemotongan pola dan *finsihing*, hal ini disebabkan karena pada kedua stasiun kerja yang cenderung menjadikan kaki sebagai penumbu berat beban tubuh tanpa adanya alat bantu. Pada stasiun kerja pembuantan pola dan *finishing* dengan postur kerja jongkok dan postur kerja duduk dilantai yang bertumpu pada kaki mengakibatkan operator cepat lelah dan merasa pegal bahkan kram pada kaki. Untuk itu diperlukan adanya perubahan posisi kerja khususnya pada posisi kaki, pinggang, dan punggung.
3. Dengan perubahan postur kerja pada seperti usulan postur kerja yang dapat dilihat pada tabel 5.1 dengan skor 3 khususnya pada stasiun kerja *finishing*. Maka pada postur kerja usulan dapat disimpulkan bahwa semakin kecil nilai akhir maka

semakin kecil juga tingkat resiko dari pekerja untuk lelah. Perubahan postur kerja ini juga mengakibatkan perubahan pada metode kerja. Dari usulan postur kerja metode kerja akan lebih efektif dan tingkat kelelahan pekerja berkurang, bahkan akan mengurangi tingkat keluhan dari pekerja yang dulunya mengalami keluhan pada tubuhnya. Untuk meningkatkan tingkat kenyamanan juga dapat diberikan alat bantu kenyamanan saat bekerja yaitu dengan memberikan sebuah alat bantu untuk meningkatkan kenyamanan dan kinerja operator yang berguna sebagai penunjang berat beban tubuh berupa kursi dan meja kerja seperti usulan desain alat kerja yang dapat dilihat pada gambar 5.1.

6.2 Saran

Saran yang dapat diberikan kepada pihak UKM Safira Collection :

1. Perbaiki metode kerja untuk mengurangi kelelahan dan meningkatkan produktifitas. Hal ini dapat dilakukan dengan beberapa cara, yaitu :
 - a. Untuk mengurangi rasa sakit pada punggung, pinggang, dan kaki seharusnya pekerja mengubah posisi postur tubuhnya secara berkala hingga menemukan posisi kerja yang paling nyaman agar tidak menimbulkan keluhan yang sama.
 - b. Alat-alat yang berfungsi sebagai alat bantu yang menunjang kinerja dan kenyamanan sebaiknya disediakan untuk pekerja di setiap stasiun kerja.
 - c. Para pekerja seharusnya menjaga kesehatannya sendiri selain tidak melakukan postur tubuh yang memungkinkan membuat rasa sakit. Karena kesehatan diri sendiri juga diperlukan.
2. Pihak Safira Collection seharusnya memperhatikan tentang postur kerja aktifitas pada setiap stasiun kerja yang dilakukan oleh masing-masing pekerjanya agar tidak terjadi cedera untuk waktu mendatang.