

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **1.1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, peneliti dapat menarik kesimpulan secara umum sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil perhitungan metode ROSA bahwa hasil skor akhir 5 berjumlah 8 orang, skor 6 berjumlah 8 orang, skor 7 sebanyak 11 orang, skor 8 berjumlah 1 orang, dan skor 10 berjumlah 1 orang. Dengan demikian skor 5-10 semua merupakan kategori beresiko dan harus ada perbaikan. Dari 30 responden terdapat 1 pegawai dengan hasil skor akhir 4 dan dinyatakan tidak beresiko, hal ini bisa menjadi contoh buat responden yang lainnya.
2. Penyebab utama yang menyebabkan gangguan pada pegawai administrasi adalah kurangnya kesadaran pekerja terhadap pentingnya menerapkan ergonomi dalam bekerja dan dipengaruhi oleh sudut kaki yang terbentuk, alas duduk, sandaran tangan, sandaran punggung, posisi monitor, posisi telepon, dan posisi mouse sehingga mengurangi kenyamanan pekerja saat bekerja.
3. Perbaikan yang diusulkan merupakan perubahan dan pengaturan pada workstation yang terdiri dari kursi, monitor, keyboard, mouse, dan telepon serta perbaikan sikap kerja dan stretching di sela kerja untuk meminimalisir resiko cedera.

#### **1.2. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang sudah dikemukakan diatas, maka saran yang dapat diberikan oleh penulis adalah:

1. Sosialisasi dan pelatihan ergonomi perkantoran. Dari sosialisasi dan pelatihan diharapkan pekerja dapat menerapkan sistem ergonomi pada saat bekerja, maka

akan menciptakan keadaan fisik yang lebih sehat serta meminimalisir angka kecelakaan dan kelelahan saat bekerja.