

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

Dari penelitian yang sudah dilaksanakan, sehingga ditarik kesimpulan berdasarkan observasi dan pembahasan postur kerja di PT XYZ adalah:

1. Berdasarkan penilaian risiko kuesioner *Nordic Body Map* postur kerja proses perobekan kertas pada *roll* bahwa sebagian besar responden mengalami keluhan pada punggung bawah, leher, dan pergelangan tangan pada kategori 3 (sakit) dan 4 (sangat sakit). Ini menandakan perlunya perbaikan dalam aspek ergonomi di tempat kerja untuk mengurangi risiko cedera dan meningkatkan kesejahteraan pekerja.
2. Berdasarkan tingkat risiko metode *Rapid Entire Body Assessment* postur kerja perobekan kertas pada *roll* memperoleh skor 12 dengan sangat tinggi yang artinya memerlukan perbaikan postur saat ini juga.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian analisis postur kerja di PT XYZ, peneliti dapat memberi saran sebagai berikut:

1. Sebaiknya perusahaan merubah metode kerja yang aman secara ergonomis. Merubah metode kerja adalah solusi yang tepat agar pekerja proses perobekan kertas pada *roll* tidak terlalu membungkuk. selanjutnya membuat alat bantu agar pekerja lebih aman dan ergonomi.
2. Pada penelitian selanjutnya perlu dilaksanakan pengukuran kelelahan bekerja dan membuat alat bantu agar memudahkan pekerja untuk perobekan kertas pada *roll*.
3. Memberikan *workshop* ergonomi kepada pekerja yang aman dapat membantu mengurangi keluhan *musculoskeletal* dan mencakup cara menggunakan tubuh dengan benar untuk meminimalkan tekanan pada sendi dan otot.