

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

5.1.1 Simpulan Umum

Menjawab dari rumusan masalah yang ada, hasil penelitian ini membuktikan bahwa tidak terdapat hubungan antara frekuensi getar dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja konstruksi pelaksana jalan pengguna alat *Jack Hammer* di wilayah Sumatera Selatan.

5.1.2 Simpulan Khusus

1. Menjawab dari rumusan masalah yang ada, hasil penelitian ini membuktikan bahwa sebagian besar pekerja pengguna alat *Jack Hammer* terbanyak berusia 26 hingga 30 tahun yaitu sebanyak 11 orang.
2. Menjawab dari rumusan masalah yang ada, hasil penelitian ini membuktikan bahwa sebagian besar pekerja pengguna alat *Jack Hammer* terbanyak bekerja dengan lama kerja >6 jam/hari yaitu sebanyak 18 orang.
3. Keluhan *musculoskeletal* terbanyak pada pekerja konstruksi pelaksana jalan pengguna alat *Jack Hammer* adalah kategori sakit, yang berarti sudah mengganggu aktivitas kerja atau sudah mengganggu pekerjaan, tetapi rasa nyeri hilang setelah istirahat.¹⁹

5.2 Saran

5.2.1 Saran Akademik

1. Perlu dilakukan penelitian lanjutan mengenai hubungan antara intensitas getar dengan keluhan *musculoskeletal* pada pekerja konstruksi pelaksana jalan pengguna alat *Jack Hammer*, tetapi memperhatikan kondisi status kesehatan responden sebelum melakukan penelitian, dan memperhatikan faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil penelitian, seperti pada penelitian ini yaitu lama kerja dan usia pekerja
2. Perlu adanya konfirmasi dari dokter terkait penyakit yang sedang dirasakan atau riwayat penyakit sebelumnya seperti LBP, sehingga tidak mempengaruhi hasil penelitian yang dilakukan
3. Perlu adanya penjelasan informasi yang lengkap terkait penelitian yang akan dilakukan, sehingga tidak mempengaruhi hasil penelitian pada saat menjawab kuesioner dan menentukan derajat sakit yang dirasakan responden.
4. Perlu adanya penjelasan informasi yang mudah dimengerti responden terkait derajat sakit dari kuesioner *Nordic Body Map*.

5.2.2 Saran Praktis

Perlu adanya pengendalian risiko atau bahaya dari suatu getaran, dengan cara melakukan hirarki kontrol untuk mengurangi dampak dari getaran yang terjadi pada pekerja konstruksi pelaksana jalan pengguna alat *Jack Hammer* di wilayah Sumatera Selatan. Hirarki kontrol yang dapat dilakukan yaitu :

1. Substitusi, dengan cara mengganti peralatan yang lebih tua dengan alat baru yang bebas getaran.
2. Kontrol teknik/ perancangan dari alat *Jack Hammer*, dengan cara mendesain ulang peralatan dari alat *Jack Hammer*, dan menggunakan sistem *remote control*.
3. Kontrol administrasi, dengan cara menerapkan rotasi kerja atau mengurangi durasi kerja dan memberikan waktu yang cukup untuk istirahat pada setiap pekerja.
4. Alat Pelindung Diri, dengan cara menggunakan alas kaki, sarung tangan yang menyerap kejutan dan getaran, memasang peredam atau penyerap getaran pada pegangan alat *Jack Hammer*, memasang penutup rantai yang bersifat menyerap getaran di tempat kerja, dan menggunakan pelindung telinga untuk mengurangi kebisingan dari alat *Jack Hammer*.²