

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

##### **5.1.1 Simpulan Umum**

Kesimpulan yang didapatkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Subjek mayoritas tidak Tidak dirasakan sakit paling banyak pada area pergelangan lengan kiri, sedikit sakit terbanyak dirasakan pada area betis kanan, sakit dirasakan paling banyak diarea bahu kanan dan pinggang, dan sangat sakit dirasakan pada area leher atas, siku kanan, lengan bawah kanan, dan betis kiri
2. Pegawai tata laksana mayoritas memiliki risiko keluhan muskuloskeletal dengan derajat ringan.
3. Pegawai tata laksana mayoritas mengangkat beban tidak sesuai dengan *proper body mechanic*.
4. Penelitian ini terdapat hubungan antara masa kerja dengan keluhan muskuloskeletal dan tidak terdapat hubungan indeks masa tubuh dengan keluhan muskuloskeletal pada pegawai tata laksana. Tidak terdapat hubungan antara usia dan keluhan muskuloskeletal pada pegawai tata laksana

5. Tidak terdapat hubungan posisi mengangkat beban dengan keluhan muskuloskeletal pada pegawai tata laksana



## 5.1. Simpulan Khusus

Kesimpulan khusus yang didapatkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut

1. Tidak terdapat hubungan antara usia dengan keluhan muskuloskeletal.
2. Terdapat hubungan antara masa kerja dengan keluhan muskuloskeletal, yaitu semakin lama masa kerja semakin besar *total score* NMB *Questionnaire*.
3. Terdapat hubungan antara aktivitas lain selain di Unisba dengan keluhan muskuloskeletal.

## 5.2 Saran

### 5.2.1 Saran Akademik

Beberapa hal yang penulis sarankan untuk peneliti selanjutnya, yaitu faktor-faktor lainnya yang mungkin dapat berpengaruh dalam keluhan muskuloskeletal adalah kebiasaan merokok dan kebiasaan olahraga.

### 5.2.2 Saran Praktis

Pegawai tata laksana Universitas Islam Bandung memiliki jam kerja yang panjang dan enam hari dalam seminggu, sehingga dengan jadwal yang disebutkan berpotensi pegawai tata laksana memiliki faktor risiko yang dapat menyebabkan terjadinya keluhan muskuloskeletal. Pihak penanggung jawab tata laksana dan Universitas Islam Bandung dapat melakukan pelatihan *proper body mechanic*

dalam *manual handling* kepada pegawai tata laksana di Universitas Islam Bandung.

