BAB V
PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh intensitas pencahayaan, suhu lingkungan kerja, usia, dan postur kerja terhadap keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) pada pekerja bagian produksi CV. Inti Karya Sejahtera, maka dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Intensitas pencahayaan pada area produksi berada pada kisaran 73–186 lux, sehingga masih berada di bawah standar pencahayaan untuk aktivitas menjahit. Namun, berdasarkan hasil analisis regresi linier berganda, intensitas pencahayaan tidak berpengaruh signifikan terhadap keluhan MSDs dengan nilai *P-Value* sebesar 0,804 > 0,05.

2. Suhu lingkungan kerja pada area produksi berada pada kisaran 36,6°C–38,8°C, sehingga tergolong tinggi dibandingkan kondisi kenyamanan kerja. Meskipun demikian, hasil analisis regresi menunjukkan bahwa suhu tidak berpengaruh signifikan terhadap keluhan MSDs dengan nilai *P-Value* sebesar 0,720 > 0,05.

3. Postur kerja berdasarkan metode REBA menunjukkan bahwa sebagian besar pekerja berada pada tingkat risiko sedang dan memerlukan investigasi serta perbaikan, dengan beberapa pekerja berada pada tingkat risiko tinggi yang memerlukan tindakan segera. Namun, hasil analisis regresi menunjukkan bahwa REBA tidak berpengaruh signifikan terhadap keluhan MSDs dengan nilai *P-Value* sebesar 0,523 > 0,05.

4. Usia merupakan satu-satunya variabel yang berpengaruh signifikan terhadap keluhan MSDs. Hasil analisis menunjukkan nilai *F-Value* sebesar 5,31 dan *P-Value* sebesar 0,025 < 0,05. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan usia pekerja memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat keluhan MSDs yang dirasakan.

5. Secara simultan, variabel Lux, suhu, usia, dan REBA tidak berpengaruh signifikan terhadap keluhan MSDs, dengan nilai *P-Value Regression* sebesar 0,224 > 0,05. Dengan demikian, meskipun usia menunjukkan pengaruh secara parsial, keempat variabel tersebut secara bersama-sama belum menunjukkan pengaruh yang signifikan terhadap keluhan MSDs pada pekerja bagian produksi CV. Inti Karya Sejahtera.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut.

1. Bagi CV. Inti Karya Sejahtera

a. Perusahaan disarankan menambah atau memperbaiki sistem pencahayaan pada area produksi agar memenuhi standar pencahayaan untuk pekerjaan menjahit sehingga pekerja dapat bekerja dengan lebih nyaman dan mengurangi kelelahan mata.

b. Perusahaan perlu meningkatkan kenyamanan termal ruang kerja melalui perbaikan ventilasi, penambahan exhaust fan atau kipas angin, serta melakukan pemantauan suhu lingkungan kerja secara berkala.

c. Perusahaan disarankan melakukan perbaikan postur kerja dengan menyesuaikan tinggi meja dan kursi kerja sesuai prinsip ergonomi, menyediakan kursi yang memiliki sandaran punggung, serta memberikan edukasi mengenai postur kerja yang benar.

d. Perusahaan juga disarankan menerapkan program peregangan (*stretching*) selama 5–10 menit sebelum bekerja maupun pada saat waktu istirahat guna mengurangi ketegangan otot dan mencegah terjadinya keluhan *Musculoskeletal Disorders*.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

a. Penelitian selanjutnya diharapkan menambahkan variabel lain yang diduga memengaruhi keluhan *Musculoskeletal Disorders*, masa kerja, indeks massa tubuh (IMT), durasi kerja, gerakan berulang, beban kerja fisik, maupun faktor psikososial.

b. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan jumlah responden yang lebih banyak serta melibatkan lebih dari satu bagian produksi sehingga variasi data menjadi lebih beragam dan hasil analisis lebih representatif.

c. Penelitian selanjutnya juga dapat mengombinasikan metode ergonomi lain, seperti RULA, OWAS, atau Quick Exposure Check (QEC), sehingga hasil penilaian risiko postur kerja dapat dibandingkan dan memberikan rekomendasi perbaikan yang lebih komprehensif.