BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan pada bab-bab sebelumnya, maka peneliti dapat mengambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara faktor beban kerja dengan keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) pada pekerja *cleaning service* di Universitas Jenderal Soedirman.
2. Tidak terdapat hubungan antara usia dengan keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) pada pekerja *cleaning service* di Universitas Jenderal Soedirman.
3. Tidak terdapat hubungan antara Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) pada pekerja *cleaning service* di Universitas Jenderal Soedirman.
4. Tidak terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dengan keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) pada pekerja *cleaning service* di Universitas Jenderal Soedirman.
5. Tidak terdapat hubungan antara kebiasaan olahraga dengan keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) pada pekerja *cleaning service* di Universitas Jenderal Soedirman.

6. Terdapat hubungan antara masa kerja dengan keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs) pada pekerja *cleaning service* di Universitas Jenderal Soedirman.

B. Saran

Penulis memiliki beberapa saran berkaitan dengan penelitian yang telah dilakukan, yakni sebagai berikut:

1. Hendaknya pekerja *cleaning service* di Universitas Jenderal Soedirman lebih memperhatikan waktu kerja dan istirahat yang seimbang untuk mencegah terjadinya *Musculoskeletal Disorders* (MSDs).
2. Manajemen Universitas Jenderal Soedirman tetap memperhatikan dan memperhitungkan beban kerja *cleaning service* jangan sampai mengalami kenaikan yang dapat menyebabkan menurunnya potensi kinerja.
3. Manajemen Universitas Jenderal Soedirman dapat lebih mengupayakan peningkatan pengetahuan *cleaning service* mengenai faktor penyebab *Musculoskeletal Disorders* (MSDs).
4. Dibutuhkan penelitian lebih lanjut menganai variabel yang tidak diteliti pada penelitian ini seperti frekuensi, durasi dan posisi tubuh saat bekerja.