

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Pekerja produksi PT Pundi Indokayu Industri mayoritas berada dalam kategori umur tidak berisiko (18-39 tahun), sebanyak 96 responden (84,2%). Sebagian besar pekerja memiliki status gizi normal sebanyak 71 responden (62,3%), dan tidak merokok sebanyak 70 responden (61,4%). Mayoritas pekerja memiliki kebiasaan tidak rutin berolahraga (< 3 kali dalam seminggu), sebanyak 99 responden (86,8%). Sebagian besar pekerja memiliki masa kerja baru (≤ 5 tahun), sebanyak 61 responden (62,3%). Seluruh pekerja (100%) memiliki lama paparan tidak berisiko (≤ 8 jam/hari). Mayoritas pekerja tidak memiliki riwayat penyakit paru, sebanyak 108 responden (94,7%). Sebagian besar pekerja menggunakan masker, sebanyak 68 responden (56,4%). Kadar debu yang terhirup oleh seluruh pekerja (100%) berada di bawah NAB ($\leq 3 \text{ mg/m}^3$). Kapasitas vital paru pekerja sebagian besar mengalami gangguan (restriksi, obstruksi, dan campuran), sebanyak 76 responden (66,7%).
2. Tidak terdapat hubungan antara umur dengan kapasitas vital paru pekerja produksi PT Pundi Indokayu Industri.
3. Tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kapasitas vital paru pekerja produksi PT Pundi Indokayu Industri.
4. Terdapat hubungan antara kebiasaan merokok dengan kapasitas vital paru pekerja produksi PT Pundi Indokayu Industri.
5. Terdapat hubungan antara kebiasaan olahraga dengan kapasitas vital paru pekerja produksi PT Pundi Indokayu Industri.
6. Terdapat hubungan antara masa kerja dengan kapasitas vital paru pekerja produksi PT Pundi Indokayu Industri.
7. Tidak terdapat hubungan antara lama paparan dengan kapasitas vital paru pekerja produksi PT Pundi Indokayu Industri.
8. Tidak terdapat hubungan antara riwayat penyakit paru dengan kapasitas vital paru pekerja produksi PT Pundi Indokayu Industri.

9. Terdapat hubungan antara penggunaan masker dengan kapasitas vital paru pekerja produksi PT Pundi Indokayu Industri.
10. Tidak terdapat hubungan antara kadar debu dengan kapasitas vital paru pekerja produksi PT Pundi Indokayu Industri.
11. Faktor yang paling berpengaruh terhadap kapasitas vital paru adalah penggunaan masker dengan nilai OR sebesar 14,578 yang berarti pekerja yang tidak menggunakan masker berisiko 14,578 kali lebih besar mengalami gangguan kapasitas vital paru dibandingkan dengan pekerja yang menggunakan masker.

B. Saran

1. Bagi Pekerja Produksi PT Pundi Indokayu Industri
 - a. Menggunakan masker kain maupun *surgical mask* saat bekerja di lingkungan pabrik untuk mencegah terjadinya gangguan kapasitas vital paru.
 - b. Berhenti merokok atau mengurangi paparan asap rokok agar kesehatan paru-paru dapat terjaga dengan baik.
 - c. Rutin berolahraga minimal 3 kali dalam seminggu dan maksimal 5 kali dalam seminggu untuk memperkuat fungsi paru dan meningkatkan daya tahan tubuh.
2. Bagi PT Pundi Indokayu Industri
 - a. Memberikan edukasi kepada pekerja mengenai pentingnya penggunaan masker untuk mencegah gangguan kapasitas vital paru dan melakukan pengawasan secara ketat terkait penggunaan masker di lingkungan pabrik, sehingga kesadaran dan kepatuhan pekerja dapat meningkat.
 - b. Menyediakan masker tambahan dengan jenis *surgical mask* pada seluruh pekerja sebagai langkah *preventif* untuk mencegah masuknya debu ke dalam saluran pernafasan.
 - c. Memberikan penghargaan kepada pekerja yang disiplin menggunakan masker, serta memberikan teguran lisan atau tertulis kepada pekerja yang tidak patuh menggunakan masker saat bekerja.

3. Bagi Jurusan Kesehatan Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai acuan untuk melakukan penelitian terkait kapasitas vital paru di sektor industri formal.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan pada peneliti selanjutnya, pengukuran kadar debu dapat dilakukan secara menyeluruh terhadap seluruh responden, bukan hanya berdasarkan sampling dari proses produksi di PT Pundi Indokayu Industri. Peneliti selanjutnya diharapkan pula dapat melakukan penelitian lebih lanjut terkait variabel lain yang belum diteliti seperti suhu dan kelembapan.

