BAB V
PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang pengaruh beban kerja terhadap keluhan otot tulang belakang di Pelabuhan Penyeberangan Gorontalo dapat diambil kempulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden di Pelabuhan Penyeberangan Gorontalo lebih banyak berumur 45-49 tahun yakni sebanyak 18 orang (30,5%), sedangkan masa kerja terbanyak di Pelabuhan Penyeberangan Gorontalo yakni ≥5 tahun sebanyak 36 orang (60,1%), dan untuk lama keja terbanyak pada ≥8 jam sebanyak 35 orang (59,3%), sedangkan untuk status gizi terbanyak yakni kategori normal sebanyak 41 orang (69,5%).
2. Terdapat pengaruh antara beban kerja terhadap keluhan leher pada buruh kapal dengan *p value*= 0,007.
3. Terdapat pengaruh antara beban kerja terhadap keluhan bahu pada buruh kapal dengan *p value*= 0,009.
4. Terdapat pengaruh antara beban kerja terhadap keluhan punggung pada buruh kapal dengan *p value*= 0,003.
5. Terdapat pengaruh antara beban kerja terhadap keluhan pinggang pada buruh kapal dengan *p value*= 0,007.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka dapat diajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Untuk pihak kantor Pelabuhan Penyeberangan Gorontalo agar lebih memperhatikan kesehatan dan keselamatan kerja parah buruh kapal.
2. Untuk buruh kapal yang berada di Pelabuhan Penyeberangan Gorontalo agar bisa menggunakan alat bantu untuk mengangkut beban yang berat.
3. Untuk penelitian lebih lanjut perlu dilakukan kajian pada variabel-variabel lain yang berkaitan dengan pengaruh beban kerja terhadap keluhan otot tulang belakang pada buruh kapal agar diperoleh informasi yang lengkap.

DAFTAR PUSTAKA

Anggara, L. S. dkk. 2004. Analisis Beban Kerja Terhadap Resiko Cedera Pada Anak-Anak Penjual Cobek. *Jurnal*. Teknik Industri Universitas Gunadarma, Depok

Cahyani, W. D. 2003. Hubungan Beban Kerja dengan Kelelahan pada Pekerja Buruh Angkut. *Jurnal*.

Ginting, S. 2013. Pengaruh Beban Kerja Terhadap Status Gizi Pekerja Peternakan Ayam di Desa Silebo-Lebo Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal*. Staf Pengajar Politeknik Kesehatan Kemenkes, Medan.

Herrianto, R. 2010. *Kesehatan Kerja.* J*urnal*. Jakarta : EGC.

Hidayat, A. T. 2011. Analisis Pengaruh shift Kerja Terhadap Beban Kerja Pada Pekerja di PT Pramalindo Asia Infrastructure. *Jurnal*. Fakultas Teknik Universitas Islam Bandung

Karaeng, M. dkk. 2012. Hubungan Beban Kerja Dengan Nyeri Leher Pada Tenaga Kerja Bongkar Muat Di Koperasi Tenaga Kerja Bongkar Muat Palabuhan Makassar. *Jurnal*. Fakultas Kesehatan Masyarkat Universitas Hasanuddin, Makassar.

Karlos, O. C. 2013. Hubungan Antra Aktivitas Fisik dengan Kelelahan Kerja pada Tenaga Kerja Bongkar Muat (TKBM) di Pelabuhan Manado. *Jurnal*. Bidang Minat Kesehatan dan Keselamatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi, Manado.

Kuemba, L. S. 2005. Buruh Bagasi Kapal di Pelabuhan Kota Bitung. *Jurnal*. Universitas Sam Ratulangi, Manado

Kushardiyanto.2010. Pengaruh Teknik Mengangkat Beban Terhadap Nyeri Pinggang Pada Buruh Tani di Dukuh Plumbon Desa Sentono Kecamatan Karawangdowo Kabupaten Klaten. *Jurnal*. Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta

Malonda, A. A. dkk. 2014. Hubungan Antara Umur, Waktu Kerja Dan Status Gizi dengan Kelelahan Kerja Pada Tenaga Kerja di Bagian Produksi PT. Sari Usaha Mandiri Bitung. *Jurnal*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi, Manado

Mutia, M. 2014. Pengukuran Beban Kerja Fisiologis dan Psikologis pada Operator Pemetikan Dan Operator Produksi The Hijau di PT Mitra Kerinci. *Jurnal*. Jurusan Teknik Industri Fakultas Teknik Universitas Andalas, Padang

Notoatmodjo, S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. PT Rineka Cipta: Jakarta

Pratiwi,dkk. 2009. Beberapa Faktor Yang Berpengaruh Terhadap KeluhanNyeri Punggung Bawah Pada Penjual Jamu Gendong. *Jurnal*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro Semarang

Rachmawati, 2006. Hubungan Antara Berat beban, Frekuensi Angkat dan Jarak Angkat dengan Keluhan Nyeri Pinggang pada Buruh Angkut di Stasiun Tawang. *Skiripsi*. Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang

Simanjuntak, R. A. 2011. Penilaian faktor-Faktor Resiko Pada Saat Melakukan Pekerjaan Dengan Metode Manual Tasks Assment. *Jurusan*. Teknik Industri, Institut Sains & Tegnologi AKPRIND, Yogyakarta.

Suma'mur. 2009. Hygiene Perusahaan dan Kesehatan dan Keselamatan Kerja Jakrta. *Jurnal*

Suparisa, D. N. 2003. Penilaian Status Gizi. *Jurnal*. Jakarta : EGC

Tatilu, J. E. 2014. Hubungan Antara Sikap Kerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Tenaga Kerja Bongkar Muat Di Kantor Kesyahbandaraan Dan Otoritas Pelabuhan Manado. *Jurnal*. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi Manado

Tawarka, ddk. 2004. Ergonomi. *Jurnal*. Universitas Bandung, Surakarta

Wiyatno, T. H. 2011. Hubungan Antara Beban Kerja dan Sikap Kerja dengan Keluhan Muskuloskeletal pada Buruh Panggul di Kawasan Industri candi Kota Semarang. *Skripsi* Jurusan Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Widyastuti. 2009. Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Muskuloskeletal Pada Buruh Angkut Sayur Di Jalan Pemadaran Pasar Johar. *Skipsi* Sarjana Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

Yamin, R, dkk. 2015. Keluhan Nyeri Punggung Bawah Pada Buruh di Bulog Makkasar. Depertement Kesehatan dan Kesehatan Kerja. *Jurnal*. Fakultas Universitas Hasanuddin, Makassar