

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis menggunakan metode *Rapid Office Strain Assesment* (ROSA) dan *Nordic Body Map* (NBM) terhadap postur duduk pengguna komputer, dapat disimpulkan bahwa postur duduk para responden memiliki resiko yang berbahaya apabila tidak di atasi. Pada Penilaian ROSA didapatkan skor rata – rata 6 dan diklasifikasikan sebagai tingkat resiko berbahaya. Dari analisis, didapat penyumbang utama resiko gangguan muskokeletal seperti aspek sandaran punggung yang terlalu ke belakang dan tidak dapat di atur, posisi monitor yang terlalu rendah , kedalaman dudukan kursi yang terlalu Panjang dan aktivitas pengetikan yang mana tangan miring (deviasi). Dari hasil ROSA dan NBM ini dinilai selaras dan memerlukan perhatian khusus dari sisi ergonomic dan keselamatan & Kesehatan kerja (K3) guna mencegah munculnya gangguan muskokeletal dikemudian hari.

5.2. Saran

Sebagai upaya peningkatan kenyamanan dan keselamatan kerja pada PT. Akzonobel Car Refinishes Indonesia disarankan untuk melakukan beberapa langkah berikut:

1. Pertimbangan untuk penyesuaian alat kerja yang sesuai dengan standar postur duduk pengguna komputer seperti penggantian kursi yang lebih ergonomis guna menyangga dan menumpu punggung serta lengan dengan baik.
2. Pelatihan terkait ergonomic, edukasi mengenai pentingnya menjaga postur duduk pada saat bekerja guna mencapai tujuan Perusahaan yang memegang teguh aspek K3.
3. Pertimbangkan hasil analisis menggunakan metode ROSA ini sebagai masukan terkait kelengkapan *work instruction* terkait keselamatan kerja di Perusahaan