

## **BAB V**

### **SIMPULAN, IMPLIKASI dan REKOMENDASI**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa mengalami beberapa keluhan setelah melakukan pekerjaan praktik motor diesel, hal tersebut timbul dikarenakan pekerjaan yang dilakukan memiliki tingkat risiko ergonomi yang tinggi sewaktu melakukan praktik motor diesel. Secara khusus penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran mengenai postur tubuh mahasiswa berdasarkan hasil data antropometri, dibagi menjadi individu berbadan kecil, sedang dan besar. Peneliti memberikan rekomendasi rancangan meja praktik yang dapat diatur ketinggiannya karena setiap individu membutuhkan ketinggian meja praktik yang berbeda. Fleksibilitas ketinggian meja praktik membuat posisi kerja menjadi nyaman dan aman.
2. Gambaran mengenai tingkat risiko ergonomi pada saat melakukan praktik motor diesel menggunakan metode QEC. Pada tubuh persentil 95 didapat 71%, tubuh persentil 50 didapat 69%, tubuh persentil 5 didapat 67%, yang berarti harus diselidiki dan segera dirubah untuk mengurangi risiko ergonomi.
3. Gambaran mengenai posisi kerja rata-rata mahasiswa saat praktik, melakukan gerakan tubuh yang tidak ergonomi, yaitu sikap punggung yang membungkuk dan leher yang menunduk. Kondisi tersebut dapat mengakibatkan keluhan sakit/pegal di beberapa bagian tubuh.

#### **5.2 Implikasi**

Beberapa implikasi dari penelitian ini adalah :

1. Dapat meminimalisir terjadinya cedera pada saat melakukan praktikum Motor Diesel.
2. Dapat menjadi rekomendasi posisi praktik motor diesel dan praktik lainnya.

3. Dapat memberikan rasa aman pada mahasiswa ketika melakukan praktikum Motor Diesel karna sesuai dengan ergonomi.
4. Dosen dapat mengarahkan mahasiswa saat melakukan praktik kerja motor diesel sesuai data antropometri untuk meminimalisir risiko ergonomi.

### 5.3 Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian dan simpulan yang telah dipaparkan, maka peneliti akan mengemukakan beberapa rekomendasi. Rekomendasi dari hasil penelitian ini diantaranya:

1. Bagi peneliti  
Rekomendasi untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat membuat alat praktik yang dapat diatur ketinggiannya sesuai tinggi tubuh mahasiswa.
2. Bagi Mahasiswa  
Dapat dijadikan pedoman praktikum Motor Diesel maupun praktik lainnya agar sesuai dengan ergonomi untuk meminimalisir cedera pada saat praktik.
3. Bagi Universitas  
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rekomendasi posisi praktik motor diesel dan praktik lainnya.
4. Bagi dosen  
Dosen diharapkan dapat mengarahkan mahasiswa yang akan melakukan praktik agar sesuai data antropometri untuk meminimalisir risiko ergonomi.
5. Bagi pembaca
  - a. Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan untuk melakukan praktik kerja agar sesuai dengan aspek ergonomi.
  - b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan pertimbangan untuk membuat alat bantu kerja sesuai dengan antropometri.