

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Karakteristik responden pekerja pada variabel usia dengan kategori usia muda sebesar 40,2% dan pekerja dengan kategori usia tua sebesar 59,8%, pada variabel status gizi dengan kategori status gizi normal sebesar 44,1% dan pekerja dengan kategori status gizi rendah sebesar 55,9%, pada variabel waktu kerja dengan kategori tidak berisiko 69,6% dan pekerja dengan kategori berisiko 30,4%, pada variabel merokok dengan kategori tidak merokok 59,8% dan pekerja dengan kategori merokok 40,2%, pada variabel shift kerja dengan kategori non shift 59,8% dan pekerja dengan kategori shift 40,2%, pada variabel masa kerja dengan kategori masa kerja lama sebesar 10,8 dan pekerja dengan kategori masa kerja baru 89,2%.
2. Distribusi frekuensi kelelahan kerja pada pekerja bagian produksi PT Sumber Graha Sejahtera Jambi pada kategori kelelahan ringan sebesar 67,6% dan pada kategori kelelahan sedang sebesar 32,4%.
3. Hasil dari analisis bivariat terdapat 5 variabel yang berhubungan yaitu, usia dengan kelelahan kerja dengan nilai *p-value* 0,040, status gizi dengan kelelahan kerja dengan nilai *p-value* 0,031, shift kerja dengan kelelahan kerja dengan nilai *p-value* 0,007, beban kerja dengan kelelahan kerja dengan nilai *p-value* 0,046, masa kerja dengan kelelahan kerja dengan nilai *p-value* 0,036.

#### **5.2 Saran**

1. Pihak manajemen perusahaan perlu mengambil tindakan melalui tim K3 untuk meminimalisir kelelahan kerja yang berakibat fatal.
2. Intervensi yang perlu dilakukan yang bisa menjadi masukan atau solusi manajemen dengan memberikan nutrisi berupa susu atau yang membantu menjaga stamina pekerja dalam melakukan pekerjaannya
3. Tindakan preventif yang dapat dilakukan pihak perusahaan dengan menambah atau di renovasi poster-poster di tempat bagian-bagian produksi upaya peningkatan kesadaran pekerja selain melakukan *safety induction* secara rutin .

