

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan Faktor Individu dan Beban Kerja Fisik dengan Kelelahan Kerja Pada pekerja di CV.Kahwa Jaya Saw Mill Kota Jambi Tahun 2021 diperoleh kesimpulan sebagai berikut: Proporsi kelelahan kerja pada pekerja di CV. Kahwa Jaya Saw Mill Kota Jambi adalah sebesar 27,5%, usia  $\geq 25$  Tahun (tua) 60,0%, masa kerja  $\geq 5$  Tahun (lama) 35,0%, status gizi tidak normal 45,0%, status pernikahan menikah 55%, status merokok beresiko 60%, beban kerja fisik beresiko tinggi 55,0%, Ada hubungan antara usia dengan kelelahan kerja pada pekerja di CV.Kahwa Jaya Saw Mill Kota Jambi dengan nilai  $p$  value = 0,027, Ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja di CV.Kahwa Jaya Saw Mill Kota Jambi dengan nilai  $p$  value = 0,000, Ada hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja pada pekerja di CV.Kahwa Jaya Saw Mill Kota Jambi dengan  $p$  value = 0,040, Tidak ada hubungan antara status perkawinan dengan kelelahan kerja pada pekerja di CV.Kahwa Jaya Saw Mill Kota Jambi dengan nilai  $p$  value = 0,286, Tidak ada hubungan antara status merokok dengan kelelahan kerja pada pekerja di CV.Kahwa Jaya Saw Mill Kota Jambi dengan nilai  $p$  value = 0,728, Adanya hubungan antara beban kerja fisik dengan kelelahan kerja pada pekerja di CV.Kahwa Jaya Saw Mill Kota Jambi dengan nilai  $p$  value = 0,011.

#### **5.2 Saran**

##### **1. Bagi CV. Kahwa Jaya Saw Mill Kota Jambi**

Disarankan bagi CV. Kahwa Jaya Saw Mill Kota Jambi untuk pembagian tugas ataupun proses kerja menyesuaikan kemampuan fisik. Proses kerja yang ringan seperti proses pemotongan kayu dilakukan oleh pekerja yang sudah berusia diatas > 40 tahun. Sedangkan proses kerja pengangkatan kayu turun dari mobil, penjemuran kayu, kemudian kayu diangkat menuju mesin pemotong dilakukan oleh pekerja yang berusia 20-40 tahun. Selanjutnya, diharapkan bagi pemilik CV.Kahwa Jaya Saw Mill Kota Jambi menyarankan kepada pekerja untuk melakukan sarapan pagi dirumah atau membawa bekal makan siang untuk memenuhi kebutuhan gizi pekerja.

## **2. Bagi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan**

Disarankan dapat menjadi bahan untuk menambah wawasan ilmu pengetahuan dalam bidang kesehatan masyarakat, terutama peminatan keselamatan dan kesehatan kerja khususnya dalam kelelahan kerja.

## **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Disarankan bagi peneliti selanjutnya lebih menyempurnakan penelitian terkait faktor individu pada pekerja dan menggunakan metode yang belum dilakukan oleh penelitian dan peneliti sebelumnya.