

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian dan pembahasan variabel yang diteliti tentang faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja bagian pengolahan PT. Perkebunan Nusantara VI Unit Usaha PKS Bunut diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi pekerja yang mengalami kelelahan kerja dengan kategori sedang berjumlah 17 orang (34,0%) dan yang ringan ada sebanyak 33 orang (66,0%). Pada umur dengan kategori >45 berjumlah 33 orang (66,0%) dan pada umur ≤ 45 sebanyak 17 orang (34,0%). Pada variabel masa kerja >22 berjumlah 37 orang (74,0%) dan masa kerja ≤ 22 dengan jumlah 13 orang (26,0%). Variabel status gizi dengan kategori berisiko terdapat 24 orang (48,0%) dan yang kurang berisiko/normal sebanyak 26 orang (52,0%). Beban kerja fisik yang dimiliki oleh pekerja dengan kategori berat berjumlah 3 orang (6,0%) dan yang ringan sebanyak 47 orang (94,0%). Variabel tekanan panas yang dialami oleh pekerja dengan kategori berat ada sebanyak 4 orang (8,0%), sedang ada 12 orang (24,0%) dan yang ringan ada sebanyak 34 orang (68,0%).
2. Berdasarkan hasil analisis uji bivariat yang dilakukan bahwa variabel yang tidak memiliki hubungan dengan kelelahan kerja yaitu umur ($P=1$), masa kerja ($P=0,764$), status gizi ($P=0,273$) dan beban kerja fisik ($P=0,544$). Sedangkan variabel yang memiliki hubungan yang signifikan terhadap kelelahan kerja yaitu tekanan panas dengan nilai $P=0,018$.

5.2 Saran

Berikut beberapa saran yang dapat peneliti berikan berdasarkan hasil penelitian ini untuk arah perkembangan selanjutnya:

1. Bagi pihak perusahaan

Pada hasil analisis masih terdapat pekerja yang mengalami kelelahan sedang, untuk mengurangi rasa lelah tersebut pihak perusahaan memberikan program untuk pekerja dan memberikan teori secara lisan agar mencegah terjadinya kelelahan kerja. Untuk bagian kerja yang rentan terpapar oleh faktor penyebab kelelahan sekiranya pihak perusahaan lebih memperhatikan pekerja dibagian lingkungan kerja tersebut.

2. Peneliti

Lebih menjelajahi atau mempelajari dalam pencarian literatur terbaru agar dapat memperkuat teori-teori yang ada.

3. Peneliti Lain

- a. Mengembangkan penelitian yang lebih terperinci dengan variabel yang berbeda serta menggunakan alat pengukuran yang berbeda.
- b. Mencoba melakukan penelitian lebih dalam melalui penelitian kualitatif sehingga dapat menemukan permasalahan yang sebelumnya belum terlihat.