

## BAB V

### PENUTUP

#### V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisa pada BAB sebelumnya dapat ditarik kesimpulan bahwa dari 60 orang responden perawat di Rumah sakit Zahirah Jakarta Selatan adalah sebagai berikut :

- a) Dari 60 responden, sebagian besar perawat mengalami kelelahan kerja sedang sebanyak 47 (71,7%) responden dengan menggunakan alat ukur kelelahan kerja berupa kuesioner *subjective self rating test dari industrial fatigue research committee* (IFRC) yang berisi 30 pertanyaan mengenai gejala kelelahan umum.
- b) Berdasarkan penelitian didapatkan hasil distribusi frekuensi dari faktor internal (usia, dan Indeks masa tubuh) dan faktor eksternal (masa kerja dan unit kerja) yang berhubungan dengan kelelahan kerja dapat ditarik kesimpulan bahwa dari 60 responden mayoritas berumur  $\geq 25$  tahun yaitu sebanyak 19 atau 48.7%. Status gizi pekerja Tidak normal 18,5-24,9 Kg/m<sup>2</sup> dengan jumlah 26 responden atau 55,3%, masa kerja responden  $\geq 3$  tahun sebanyak 13 responden atau 65% dan unit kerja pada ruang anak lebih banyak 13 responden atau 65%.

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan untuk melihat adanya hubungan antara variabel dependen (kelelahan kerja) dengan variabel independen (Usia, IMT, Masa kerja dan unit kerja) peneliti menggunakan uji *chi square*, bahwa dari hasil statistic tersebut tidak ada hubungan antara kelelahan kerja yaitu dengan faktor masa kerja dimana hasil statistik menunjukkan  $P\ value = 0,274$  ( $p > 0,05$  (5%)). Tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna secara statistik antara kelelahan kerja dengan faktor lainnya. Hasil tersebut dapat dilihat untuk faktor usia perawat hasil uji statistik dengan memperoleh  $p\ value = 0.419$  ( $p > 0,05$  (5%)) maka tidak ada hubungan yang bermakna secara statistik antara kelelahan kerja dengan usia. Hasil statistik indeks masa tubuh memperoleh  $p\ value =$

0,755 ( $p > 0,05$  (5%)) maka tidak ada hubungan yang bermakna secara statistic antara kelelahan kerja dengan indeks masa tubuh, selain itu terdapat unit kerja perawat hasil uji statistik dengan memperoleh nilai  $P$  value = 0,005 yang artinya ( $p < 0,05$  (5%)) maka ada hubungan antara kelelahan kerja dengan unit kerja perawat.

## V.2 Saran

Pada penelitian ini dapat diketahui bahwa faktor yang mempengaruhi terjadinya kelelahan kerja pada perawat ruang rawat inap rumah sakit zahirah Jakarta selatan adalah masa kerja yang terlalu lama dan pekerjaan yang dikerjakan hanya itu itu saja sehingga menyebabkan monoton dalam pekerjaan. Sedangkan faktor usia , Indeks masa tubuh ( IMT), dan shift kerja tidak terbukti secara statistic mempunyai hubungan dengan kelelahan kerja .

a) Untuk pihak rumah sakit

Untuk mengurangi dan menghindari kejadian kelelahan kerja kepada pekerja dilapangan perlu dilakukan adanya pencegahan untuk mengurangi penyebab kelahan yaitu dengan cara memberikan informasi tentang kelelahan kerja, penyebab kelelahan kerja, gejala dari kelelahan kerja tersebut. Selain itu perlu adanya kegiatan rolling agar perawat dapat menambah pengalaman dalam menangani pasien sehingga perawat tersebut tidak melakukan pekerjaan yang monoton seningga menyebabkan kejenuhan tersendiri bagi perawat.

b) Untuk pekerja

Diharapkan dapat memperhatikan kondisi kesehatan dan pekerjaan yang dilakukan agar supaya tidak akan berdampak pada kelelahan kerja.

c) Untuk peneliti selanjutnya

Saran peneliti selanjutnya sebaiknya variabel yang memungkinkan terjadi kelelahan seperti lingkungan kerja, diikutsertakan atau diteliti seperti ergonomic dan beban kerja. Sehingga dapat dibandingkan dengan teori yang menyebutkan bahwa faktor tersebut berhubungan dengan kelelahan kerja.



