

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan faktor lingkungan dan faktor individu terhadap keluhan *Sick Building Syndrome* pada pegawai PT PLN (Persero) UPP JBB 3 tahun 2022 didapatkan hasil sebagai berikut:

- a. Pegawai di PT PLN (Persero) UPP JBB 3 lebih banyak yang mengalami SBS, lebih banyak yang berumur ≥ 30 tahun, lebih banyak yang berjenis kelamin laki-laki, lebih banyak yang memiliki masa kerja ≥ 4 tahun, lebih banyak yang tidak memiliki riwayat merokok, lebih banyak yang memiliki riwayat alergi, dan lebih banyak yang memiliki riwayat COVID-19. Suhu dan pencahayaan ruang kerja lebih banyak yang tidak sesuai standar dan kelembaban lebih banyak yang sesuai dengan standar.
- b. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara umur terhadap keluhan SBS pada pegawai di PT PLN (Persero) UPP JBB 3 tahun 2022.
- c. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara jenis kelamin terhadap keluhan SBS pada pegawai di PT PLN (Persero) UPP JBB 3 tahun 2022.
- d. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara masa kerja terhadap keluhan SBS pada pegawai di PT PLN (Persero) UPP JBB 3 tahun 2022.
- e. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara riwayat merokok terhadap keluhan SBS pada pegawai di PT PLN (Persero) UPP JBB 3 tahun 2022.
- f. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara riwayat alergi terhadap keluhan SBS pada pegawai di PT PLN (Persero) UPP JBB 3 tahun 2022.
- g. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara riwayat COVID-19 terhadap keluhan SBS pada pegawai di PT PLN (Persero) UPP JBB 3 tahun 2022.
- h. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara suhu terhadap keluhan SBS pada pegawai di PT PLN (Persero) UPP JBB 3 tahun 2022.
- i. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara kelembaban terhadap keluhan SBS pada pegawai di PT PLN (Persero) UPP JBB 3 tahun 2022.

- j. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pencahayaan terhadap keluhan SBS pada pegawai di PT PLN (Persero) UPP JBB 3 tahun 2022.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Pegawai

- a. Pegawai disarankan agar selalu menjaga kesehatan dan menerapkan pola hidup sehat contohnya yaitu mengonsumsi makanan bergizi, rutin berolahraga, dan membiasakan sarapan pagi.
- b. Pegawai disarankan agar melakukan relaksasi otot ketika mulai merasakan keluhan SBS di sela jam kerja untuk meningkatkan kenyamanan saat bekerja.
- c. Bagi pegawai yang memiliki kebiasaan merokok hendaknya memanfaatkan area khusus merokok ketika merokok.
- d. Pegawai disarankan agar dapat melakukan pengaturan suhu ruangan secara mandiri apabila suhu ruangan dirasa kurang nyaman. Selain itu pegawai dapat membuka tirai jendela dan mengoptimalkan lampu penerangan yang tersedia agar pencahayaan dapat lebih maksimal dirasakan oleh pegawai ketika bekerja.

V.2.2 Bagi Perusahaan

- a. Perlu komitmen dari manajemen perusahaan untuk menjadikan lingkungan kerja bersih bagi para pegawainya, misalnya dengan membuat peraturan untuk mencegah terkait dengan kondisi lingkungan yang tidak sesuai standar. Seperti suhu, kelembaban, dan pencahayaan agar sesuai standar.
- b. Melakukan pengecekan dan perbaikan AC secara rutin dengan frekuensi yang disesuaikan dengan pemakaian.
- c. Melakukan pemeriksaan kesehatan sejak dini untuk seluruh pegawai minimal 1 tahun sekali.
- d. Mengganti lampu pada ruang kerja dengan lampu yang lebih terang agar pencahayaan sesuai dengan standar.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Diharapkan dapat meneliti terkait variabel lainnya yang tidak diteliti pada penelitian ini seperti faktor lingkungan kimia dan biologi agar dapat mendeteksi sumber kontaminan yang diduga terdapat hubungan dengan terjadinya keluhan SBS.
- b. Menambahkan jumlah sampel menyesuaikan dengan jenis uji yang digunakan.