

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian di atas, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Pada skenario 1, beban kerja mental berpengaruh negatif dan signifikan terhadap kecelakaan kapal laut (*Original sample* = $-0,467$; *p value* = $0,003$), menunjukkan bahwa beban kerja moderat dapat meningkatkan kewaspadaan dan menurunkan risiko kecelakaan. Sebaliknya, pada skenario 2, pengaruhnya positif namun tidak signifikan (*Original sample* = $0,158$; *p value* = $0,513$), mengindikasikan bahwa tingginya beban kerja mental dalam kondisi ekstrem tidak secara langsung meningkatkan persepsi risiko kecelakaan.
2. Pengaruh Stres kerja terhadap kecelakaan kapal laut pada skenario 1 menunjukkan pengaruh negatif yang mendekati signifikan (*Original sample* = $-0,427$; *p value* = $0,058$), menandakan bahwa stres dalam batas wajar dapat bersifat adaptif dan menjaga performa. Pada skenario 2, pengaruhnya positif namun tetap tidak signifikan (*Original sample* = $0,268$; *p value* = $0,238$), menunjukkan bahwa stres kerja belum terbukti secara signifikan meningkatkan risiko kecelakaan.
3. Pengaruh beban kerja mental terhadap stres kerja menunjukkan pengaruh yang tidak signifikan pada skenario 1 (*Original sample* = $-0,261$; *p value* = $0,511$), mengindikasikan bahwa beban kerja pada skenario ini masih dalam batas toleransi. Sebaliknya, pada skenario 2 terdapat pengaruh positif dan signifikan (*Original sample* = $0,424$; *p value* = $0,028$), yang menunjukkan bahwa peningkatan beban kerja mental secara nyata meningkatkan stres kerja dalam kondisi kerja yang kompleks.
4. Pengaruh tidak langsung beban kerja mental terhadap kecelakaan kapal laut melalui stres kerja tidak signifikan pada skenario 1 (*Original sample* = $0,112$; *p value* = $0,543$) maupun skenario 2 (*Original sample* = $0,113$; *p value* = $0,367$), menandakan bahwa stres kerja bukan mediator yang kuat dalam hubungan tersebut. Ini menguatkan bahwa pengaruh beban kerja

Fatimah Putri Khairunissa, 2025

ANALISIS PENGARUH BEBAN KERJA MENTAL TERHADAP KECELAKAAN KAPAL LAUT MELALUI STRES KERJA

UPN Veteran Jakarta, Fakultas Teknik, S1 Teknik Industri

[www.upnvj.ac.id-www.library.upnvj.ac.id-www.repository.ac.id]

mental terhadap kecelakaan lebih bersifat langsung dan tidak selalu termediasi oleh stres kerja.

5. Berdasarkan temuan di atas, sejumlah solusi telah diusulkan, seperti penerapan *Decision Support System* (DSS), penyusunan jadwal kerja-istirahat yang seimbang, penyediaan layanan kesehatan mental, pelatihan komunikasi maritim berbasis SMCP, serta peningkatan kesadaran prosedur keselamatan melalui pelatihan dan teknologi. Upaya ini bertujuan menurunkan stres dan beban kerja mental yang ekstrem, serta memperkuat kesiapan kru dalam menghadapi situasi operasional dan darurat.

5.2 Saran

Di bawah ini merupakan saran dari penelitian ini antara lain:

1. Mengintegrasikan *Decision Support System* (DSS) ke sistem navigasi dan menyusun jadwal kerja yang seimbang, disertai layanan psikologis, untuk mengurangi beban kerja mental dan stres, terutama pada aktivitas kemudi dan navigasi.
2. Mengadakan pelatihan komunikasi berbasis *Standard Marine Communication Phrases* (SMCP) dan simulasi *closed-loop communication* secara rutin guna meningkatkan koordinasi kru, khususnya dalam kondisi darurat.
3. Penelitian selanjutnya diharapkan mencakup sampel yang lebih besar, skenario operasional yang beragam, serta mempertimbangkan variabel lain seperti kualitas pelatihan dan budaya keselamatan untuk memperdalam pemahaman mengenai faktor penyebab kecelakaan kapal.