

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

- a. Pada penelitian ini diperoleh hasil sebagian besar petugas berusia lebih dari atau sama dengan 43 tahun (60,3%), status gizi petugas sebagian besar adalah normal (66%), kebiasaan merokok petugas lebih banyak dalam kategori perokok ringan (64,1%), masa kerja petugas sebagian besar yaitu lebih dari atau sama dengan 6 tahun (55,1%), dan mayoritas pekerja memiliki jam kerja kurang dari atau sama dengan 7 jam (65,4%).
- b. Sebagian besar petugas mengalami beban kerja dalam kategori ringan sebanyak 46 petugas (52%)
- c. Sebagian besar petugas kelelahan kerja dalam kategori ringan sebanyak 52 petugas (66,7%)
- d. Terdapat hubungan antara beban kerja fisik dengan kelelahan kerja
- e. Berdasarkan hasil analisis bivariat antara karakteristik individu dengan kelelahan kerja diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan antara usia dan status gizi dengan kelelahan kerja. Sedangkan variabel kebiasaan merokok, masa kerja dan lama kerja tidak berhubungan dengan kelelahan kerja
- f. Berdasarkan hasil analisis multivariat diperoleh hasil bahwa variabel yang mengontrol antara beban kerja fisik dengan kelelahan kerja adalah usia dan status gizi.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Dinas Lingkungan Hidup

- a. Mengganti gerobak yang sudah tidak layak pakai dan meredesain gerobak menjadi lebih ergonomis seperti memberikan bantalan spons pada gerobak untuk meringankan beban kerja petugas

- b. Menambah jumlah petugas apabila wilayah kerja terlalu luas atau jumlah sampah yang diangkut dari tiap tempat terlalu banyak

V.2.2 Bagi Pekerja (Petugas Pengangkut Sampah)

- a. Melakukan istirahat dengan maksimal untuk meminimalisir terjadinya kelelahan kerja
- b. Melakukan peregangan otot untuk mengurangi kelelahan dan ketegangan pada otot

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Mengganti alat ukur yang lebih obyektif untuk mengukur tingkat kelelahan kerja agar tidak terjadi bias data
- b. Diharapkan untuk menambah variabel lainnya yang dapat menimbulkan kelelahan yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

