

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Hasil data yang diperoleh dari 112 responden menunjukkan bahwa 65 responden atau 58% mengalami *Acute Fatigue Syndrome*.
- b. Hasil data yang diperoleh dari 112 responden menunjukkan bahwa 110 responden atau 98,2% memiliki jam terbang ≤ 30 jam dalam 7 hari
- c. Hasil data yang diperoleh dari 112 responden menunjukkan bahwa 76 responden atau 67,9% melakukan penerbangan jenis *Short Haul*.
- d. Tidak terdapat hubungan yang bermakna / signifikan antara jam terbang dalam 7 hari dengan risiko *Acute Fatigue Syndrome* pada penerbang sipil di Indonesia dengan nilai $p = 0,509$.
- e. Terdapat hubungan yang bermakna / signifikan antara jenis penerbangan dengan risiko *Acute Fatigue Syndrome* pada penerbang sipil di Indonesia dengan nilai $p = 0,018$.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Penerbang sipil di Indonesia

- a. Penerbang sipil di Indonesia diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai gejala dan tanda *Acute Fatigue Syndrome* sehingga dapat diatasi lebih dini.
- b. Dapat menerapkan *fatigue risk management system* sesuai anjuran atau rekomendasi pada maskapai tempat para penerbang bekerja

V.2.2 Bagi Balai Kesehatan Penerbangan

- a. Balai kesehatan penerbangan (Balai Hatpen) agar dapat meningkatkan lagi pengetahuan penerbang mengenai *fatigue* melalui kegiatan edukasi khususnya bagaimana *fatigue* dapat berpengaruh besar pada dunia

penerbangan dan juga cara mengatasi *fatigue* yang timbul di kalangan penerbang yang dapat ditinjau dari *fatigue risk management system*.

V.2.3 Bagi Maskapai Penerbangan

- a. Diharapkan dapat meningkatkan kedisiplinan dalam menerapkan *fatigue risk management system* sesuai anjuran atau rekomendasi yang telah ditetapkan oleh kementerian setempat.

V.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Bagi peneliti selanjutnya dapat diteliti lebih lanjut mengenai pengaruh *type rating* ataupun faktor risiko lainnya yang berkaitan dengan pada kelelahan pada penerbang.
- b. Penelitian ini dapat dikembangkan menjadi penelitian lanjutan menggunakan desain penelitian lain seperti *case control* atau kohort agar dapat melihat hubungan sebab akibat dan juga bisa meneliti secara langsung faktor-faktor yang memengaruhi timbulnya *fatigue* pada penerbang.

