

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada bulan November 2025 terhadap 99 sopir taksi di PT. Pool Bluebird Kalibata, dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Karakteristik responden menunjukkan bahwa sopir taksi memiliki rerata usia 45,14 tahun dengan rentang usia 25–59 tahun, yang menandakan bahwa sebagian besar responden berada pada usia produktif hingga pra-lansia. Sebagian besar responden memiliki lama bekerja ≤ 6 tahun, namun mayoritas menjalani durasi kerja harian yang panjang, dengan 60,6% sopir bekerja lebih dari 12 jam per hari.
- b. Tingkat kelelahan kerja sopir taksi di PT. Pool Bluebird Kalibata berdasarkan skor Swedish Occupational Fatigue Inventory (SOFI) didominasi oleh kategori berat sebesar 84,4% dari total 99 responden. Sebagian kecil responden berada pada kategori sedang (11,1%) dan ringan (4,0%) yang menunjukkan bahwa kelelahan kerja berat merupakan kondisi yang banyak dialami oleh sopir taksi di PT. Pool Bluebird Kalibata.
- c. Gambaran tekanan darah menunjukkan bahwa sebagian besar sopir taksi yang mengalami kelelahan tingkat berat berada pada kategori hipertensi, dengan proporsi terbesar pada hipertensi derajat II (47,5%) dan hipertensi derajat I (35,4%). Responden dengan tekanan darah normal sebesar 12,1%, tinggi sebesar 4,0%, dan hipertensi krisis sebesar 1,0% yang mengindikasikan tingginya prevalensi tekanan darah tinggi pada sopir taksi.
- d. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kelelahan kerja dan tekanan darah, baik sistolik maupun diastolik. Meskipun demikian, hasil *crosstabs* antar variabel menunjukkan bahwa sopir taksi dengan tingkat kelelahan kerja berat lebih banyak ditemukan pada kategori hipertensi derajat I dan hipertensi derajat

II. Akan tetapi, hasil uji korelasi Spearman menunjukkan tidak adanya hubungan yang signifikan secara statistik, hasil ini mengindikasikan bahwa pola distribusi tersebut tidak konsisten secara statistik. Temuan ini mengindikasikan bahwa tekanan darah pada sopir taksi kemungkinan lebih dipengaruhi oleh karakteristik responden, seperti usia dan durasi kerja, dibandingkan tingkat kelelahan kerja.

V.2 Saran

- a. Perusahaan disarankan untuk menerapkan upaya pengelolaan kesehatan kerja secara komprehensif melalui pengaturan jam kerja yang lebih optimal, penyediaan waktu istirahat yang memadai, serta pemantauan kesehatan berkala, khususnya tekanan darah. Mengingat kelelahan kerja bukan merupakan determinan utama tekanan darah, intervensi kesehatan kerja sebaiknya juga mencakup pengendalian faktor risiko kardiovaskular lain guna menurunkan risiko gangguan kesehatan dan kecelakaan kerja pada sopir taksi.
- b. Sopir taksi diharapkan dapat meningkatkan kesadaran terhadap kondisi kesehatannya dengan melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin, mengenali tanda-tanda kelelahan kerja, serta menerapkan perilaku hidup sehat seperti menjaga pola makan, aktivitas fisik, dan manajemen stres. Upaya ini penting untuk menjaga kesehatan jangka panjang dan keselamatan selama bekerja, mengingat tingginya prevalensi kelelahan dan hipertensi pada kelompok ini.
- c. Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah dan cakupan sampel yang lebih luas serta mengontrol variabel perancu yang relevan, seperti pola tidur, konsumsi kafein, aktivitas fisik, dan gaya hidup. Selain itu, penggunaan pengukuran tambahan yang lebih objektif dapat dipertimbangkan untuk melengkapi data kuesioner, sehingga hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja dan tekanan darah pada sopir taksi.