

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

- a. Pekerja dengan usia muda lebih banyak dibandingkan dengan pekerja tua, Pekerja dengan masa kerja lama lebih banyak dibandingkan dengan pekerja masa kerja baru, pekerja dengan status gizi normal lebih banyak dibandingkan dengan pekerja dengan status gizi yang tidak normal, pekerja yang bekerja > 7 jam lebih banyak dibandingkan pekerja yang bekerja < 7 jam, pekerja dengan beban kerja sedang-berat lebih banyak daripada pekerjadengan beban kerja ringan, dan pekerja yang mengalami kelelahan lebih banyak daripada pekerja yang tidak lelah.
- b. Ada hubungan antara beban kerja (*p value* $0,001 < 0,05$) dan umur pekerja (*pvalue* $0,031 < 0,05$) dengan kelelahan kerja. Terdapat hubungan antara lama kerja *p value* ($0,001 < 0,05$) dengan kelelahan kerja
- c. Tidak terdapat hubungan antara masa kerja (*p value* $0,471 > 0,05$) dan statusgizi (*p value* $0,964 > 0,05$) dengan kelelahan kerja

V.2 Saran

- a. Bagi Perusahaan
 - 1) Mengevaluasi kembali lama waktu kerja sesuai dengan peraturan perundangan yang telah ditetapkan pemerintah yaitu 7 jam/hari dalam 6 hari dan 8 jam/hari dalam 5 hari.
 - 2) Memperhatikan pekerja yang mengalami kelelahan dengan menyediakan tempat istirahat yang layak pada area proyek.
- b. Bagi Pekerja
 - 1) Pekerja seharusnya lebih memperhatikan waktu istirahat dan menggunakannya sebaik mungkin untuk makan.

2) Diharapkan pekerja dapat mengenali tanda atau gejala yang ditimbulkan ketika timbulnya kelelahan dan berhenti sesaat untuk mencegah terjadinya kecelakaan kerja.

c. Bagi Peneliti Lain

Menambah variabel lainnya yang belum dapat diteliti mengenai faktor kelelahan kerja disesuaikan dengan karakteristik tempat penelitian.