

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

A. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dengan judul “**Faktor- faktor yang Berhubungan dengan Kelelahan Kerja pada Pekerja Konstruksi di PT Putra Mandiri Prima Kota Padang Tahun 2024**”, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Lebih dari separuh pekerja (52%) mengalami kelelahan kerja tinggi pada pekerja konstruksi di PT Putra Mandiri Prima Kota Padang tahun 2024.
2. Lebih dari separuh pekerja (54%) memiliki masa kerja yang berisiko pada pekerja konstruksi di PT Putra Mandiri Prima Kota Padang tahun 2024.
3. Kurang dari separuh pekerja (44%) memiliki lama kerja berisiko pada pekerja konstruksi di PT Putra Mandiri Prima Kota Padang tahun 2024.
4. Lebih dari separuh pekerja (82%) memiliki beban kerja berat pada pekerja konstruksi di PT Putra Mandiri Prima Kota Padang tahun 2024.
5. Ada hubungan antara masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja konstruksi di PT Putra Mandiri Prima Kota Padang tahun 2024 dengan $p\text{-value} = 0,002$.
6. Tidak ada hubungan antara lama kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja konstruksi di PT Putra Mandiri Prima Kota Padang tahun 2024 dengan $p\text{-value} = 0,592$.

7. Ada hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja konstruksi di PT Putra Mandiri Prima Kota Padang tahun 2024 dengan $p\text{-value} = 0,009$.

B. SARAN

Berdasarkan simpulan yang didapatkan dari hasil penelitian maka peneliti menyarankan kepada:

1. Bagi PT Putra Mandiri Prima

Melalui pimpinan PT diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan atau acuan untuk pekerja dalam mengurangi kelelahan kerja. Serta diharapkan bagi pekerja untuk melakukan upaya pencegahan terhadap kelelahan kerja seperti melakukan relaksasi, dan beristirahat dengan melakukan perengangan otot.

2. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian faktor- faktor lain yang berhubungan dengan kelelahan kerja seperti kesehatan pekerja, status gizi dan lingkungan kerja terhadap kelelahan kerja.

3. Bagi STIKes Alifah Padang

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber bacaan untuk menambah wawasan bagi mahasiswa kesehatan masyarakat dalam melakukan penelitian selanjutnya tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kelelahan kerja pada pekerja konstruksi.