

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil kajian, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Faktor yang berpengaruh terhadap kelelahan kerja pekerja industri tekstil di Indonesia pada faktor internal adalah usia dan kualitas tidur. Faktor eksternal terdapat pengaruh masa kerja, *shift* kerja, stres kerja dan lingkungan kerja fisik. Kategori kelelahan yang terjadi mayoritas termasuk kategori kelelahan ringan.
2. Berdasarkan kajian faktor yang paling berpengaruh terhadap kelelahan kerja pada faktor internal yaitu usia (33,3%) sisanya dipengaruhi oleh faktor lain dan faktor eksternal yaitu lingkungan kerja fisik (57,12%) sisanya dipengaruhi oleh faktor lain.
3. Upaya perbaikan yang dapat dilakukan untuk meminimalisir terjadinya kelelahan kerja karena pengaruh faktor internal usia yaitu Perusahaan agar dapat menyesuaikan dan mempertimbangkan usia pekerja dengan beban kerja pekerja, pekerja yang berusia >40 tahun diberikan beban kerja yang ringan. Untuk faktor eksternal pengaruh lingkungan kerja fisik yaitu pekerja diharapkan dapat menggunakan APD seperti *ear plug* dan *ear muff* pada saat bekerja. Pada unit kerja yang memiliki tekanan panas yang tinggi dilakukan perbaikan ventilasi dan pemasangan *blower* agar sirkulasi udara di dalam ruangan menjadi lancar dan baik.

5.2 Saran

1. Memperluas cakupan kajian literatur dengan menambahkan artikel yang lebih beragam seperti penjelasan tentang pengaruh faktor pencahayaan dan debu terhadap kelelahan kerja.
2. Untuk penelitian selanjutnya hendaknya dapat dilakukan penelitian langsung dengan pengukuran kelelahan kerja baik secara subjektif maupun objektif.

