

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilaksanakan maka dapat diambil kesimpulan bahwasannya karyawan bagian IGD, rawat inap, poli rawat jalan, ruangan bersalin dan ruangan bayi (perinatology) lebih banyak berjenis kelamin perempuan dibandingkan karyawan berjenis kelamin laki-laki. Rata-rata umur karyawan yang bekerja di RS Permata Mandailing Natal di 5 bagian kerja berkisar 25 tahun sampai dengan 46 tahun. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Kruskal Wallis pada kelelahan kerja berdasarkan shift kerja menunjukkan terdapat perbedaan kelelahan kerja yang dialami karyawan. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa ada perbedaan kelelahan kerja shift pagi, shift siang dan shift malam karyawan di 5 bagian kerja di RS Permata Mandailing Natal dengan rata-rata kelelahan karyawan pada shift malam lebih tinggi dibandingkan karyawan yang bekerja pada shift pagi dan shift siang yaitu 11 dengan standar deviasi.

5.2 Saran

1. Bagi perusahaan agar dapat mengubah sistem shift kerja yang biasanya menggunakan sistem shift tetap menjadi shift kerja bergilir untuk meminimalisir kelelahan kerja dan dapat memperhatikan pergantian shift karyawan sehingga dapat melakukan rotasi penjadwalan.
2. Menyediakan minuman di tempat kerja dan memberikan tambahan makanan bergizi kepada seluruh karyawan di bagian produksi agar

produktivitas tetap terjaga dengan baik. Serta pemberian puding (nutrisi tambahan) kepada karyawan secara rutin dua kali dalam sebulan.

3. Bagi pegawai lima bagian kerja di RS Permata Mandailing Natal (UGD, rawat inap, poliklinik rawat jalan, ruang bersalin, dan ruang bayi (perinantologi) agar memperhatikan dan memanfaatkan waktu istirahat yang disediakan rumah sakit dengan sebaik-baiknya, agar dapat mengatur waktu istirahat dan tidur sendiri untuk mengurangi kelelahan kerja dan menyediakan waktu luang yang cukup sebelum bekerja shift malam. Selain itu, hindari melakukan aktivitas berat sebelum bekerja. Pastikan untuk sarapan yang bergizi sebelum bekerja agar daya tahan tubuh tetap kuat selama anda bekerja. Ini berlaku untuk shift pagi, siang, dan malam.
4. Hal ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi oleh peneliti selanjutnya untuk kajian tentang kelelahan kerja dan kerja shift, khususnya bagi petugas rumah sakit.