

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilaksanakan di 3 SPBU Kota Medan yang beroperasi 24 jam yaitu SPBU Pertamina 14.201.1121 Medan Selayang, SPBU Prima Mulia 14.201.169 Medan Selayang, dan SPBU Pertamina 14.202.140 Medan Area diperoleh kesimpulan penelitian sebagai berikut:

1. Ada perbedaan kelelahan kerja yang signifikan antara operator SPBU *shift* pagi, *shift* siang, dan *shift* malam dengan pekerja *shift* malam mengalami kelelahan paling tinggi. Hasil uji statistik menggunakan uji Kruskal Wallis menunjukkan nilai *p value* sebesar 0,000 yang berarti nilai $p < 0,05$ sehingga memperoleh hasil yang signifikan dan hipotesis dalam penelitian dinyatakan diterima.
2. Operator SPBU *shift* pagi mengalami kelelahan kerja dengan nilai rata-rata peringkat (*mean rank*) sebesar 22,43.
3. Operator SPBU *shift* siang mengalami kelelahan kerja dengan nilai rata-rata peringkat (*mean rank*) sebesar 21,05.
4. Operator SPBU *shift* malam mengalami kelelahan kerja lebih tinggi daripada operator SPBU *shift* pagi dan *shift* siang dengan nilai rata-rata peringkat kelelahan kerja operator SPBU *shift* malam sebesar 40,55.

5.2 Saran

1. Bagi perusahaan untuk dapat membuat SOP pengaturan jadwal *shift* disertai dengan metode yang jelas terhadap sistem rotasi *shift* dan batas maksimal pergantian *shift* dalam jangka satu bulan. Perusahaan juga sebaiknya menyediakan kursi untuk operator SPBU dan lebih tegas lagi terhadap pengaturan waktu istirahat pekerja dengan istirahat minimal 30 menit setelah bekerja selama 4 jam pada operator SPBU *shift* pagi, *shift* siang, dan *shift* malam.

2. Penelitian ini dapat menambah wawasan bagi operator SPBU sehingga dapat dilakukann upaya meningkatkan kesehatan dan mengurangi kelelahan dengan cara memanfaatkan waktu istirahat dengan baik untuk menjaga kesehatan fisik dan mental, terkhusus untuk operator SPBU *shift* malam agar tidur dan istirahat yang cukup sebelum bekerja. Operator SPBU dapat memanfaatkan waktu luang untuk istirahat secara bergantian dengan teman kerja, terutama pada *shift* malam. Operator SPBU juga sebaiknya makan makanan yang bergizi sebelum bekerja dan melakukan *recovery* setelah lelah bekerja agar menjaga kesehatan tubuh.
3. Bagi peneliti selanjutnya supaya penelitian ini dapat menjadi referensi/acuan dalam penelitian yang berhubungan dengan kelelahan kerja dan *shift* kerja serta untuk peneliti selanjutnya agar dapat meneliti faktor lainnya yang berkaitan dengan kelelahan kerja pada operator SPBU.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN