

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di Pabrik Tahu Kota Padang tahun 2022 dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Diketahui 54,4% pekerja mengalami kelelahan kerja pada pekerja pabrik tahu di Kota Padang tahun 2022.
2. Diketahui 54,4% pekerja memiliki umur berisiko pada pekerja pabrik tahu di Kota Padang tahun 2022.
3. Diketahui 59,6% pekerja memiliki beban kerja berisiko pada pekerja pabrik tahu di Kota Padang tahun 2022
4. Diketahui 59,6% pekerja memiliki masa kerja berisiko pada pekerja pabrik tahu di Kota Padang tahun 2022.
5. Terdapat hubungan yang bermakna umur dengan kelelahan kerja pada pekerja pabrik tahu di Kota Padang tahun 2022 ( $p= 0,0001$ ).
6. Terdapat hubungan yang bermakna beban kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja pabrik tahu di Kota Padang tahun 2022 ( $p= 0,030$ ).
7. Terdapat hubungan yang bermakna masa kerja dengan kelelahan kerja pada pekerja pabrik tahu di Kota Padang tahun 2022 ( $p= 0,0001$ ).

## B. Saran

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

### 1. Bagi Pimpinan Pabrik Tahu

Diharapkan bagi pemilik pabrik tahu agar dapat membagi tugas untuk pekerja yang usia tua dan pekerja usia muda, serta dapat menyediakan alat bantu seperti mesin pemeras kedelai.

### 2. Bagi Pekerja Pabrik Tahu

Bagi pekerja pabrik tahu agar dapat lebih mengkonsumsi air minum agar tidak mengalami dehidrasi dan memakai pakaian yang mudah menyerap keringat serta dapat menjaga jam tidurnya.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini sebagai acuan dan dapat dijadikan data pembanding bagi peneliti selanjutnya, diharapkan peneliti selanjutnya dapat memilih faktor-faktor lain seperti lingkungan kerja, jam kerja, status gizi dan status kesehatan yang berhubungan dengan kelelahan kerja.