

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil perhitungan beban kerja mental dengan menggunakan metode NASA-TLX, mendapatkan hasil bahwa semua operator stasiun pengeboran *home industry* Koswara Sikat mengalami beban kerja mental dengan kategori tinggi dengan rata-rata WWL responden 1 sebesar 72,66, responden 2 sebesar 78,00 dan responden 3 sebesar 78,00 . Hal tersebut disebabkan oleh beban kerja yang diberikan terlampau besar dibanding dengan kemampuan tubuh untuk menerima sehingga operator mengalami kelelahan.
2. Hasil dari perhitungan beban kerja fisik menggunakan metode 10 denyut dapat diketahui bahwa 3 orang operator stasiun pengeboran masuk dalam kategori perlu diperbaiki dengan mendapatkan hasil % CVL masing-masing responden sebagai berikut: responden 1 sebesar 31,78%, responden 2 sebesar 38,15% dan responden 3 sebesar 36,96% , hal tersebut menunjukkan bahwa adanya kelebihan beban kerja fisik yang dialami oleh operator. Kondisi tersebut disebabkan oleh denyut nadi operator yang mengalami peningkatan sehingga operator cepat merasakan kelelahan dan sering pegal-pegal.
3. Hasil perhitungan waktu istirahat berdasarkan faktor kelonggaran, operator membutuhkan waktu istirahat tambahan sebesar 219 menit atau dibulatkan menjadi 22 menit pada saat bekerja 7 jam/hari. Istirahat tambahan diperlukan untuk operator melakukan peregangan otot dan mengurangi kelelahan yang dirasakan oleh operator. Perancangan waktu istirahat pendek diberikan kepada operator pada jam 10.00 WIB, 11.00 WIB, 14.00 WIB dan 16.00 WIB dengan waktu 5-6 menit.

## 6.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, terdapat beberapa saran untuk perusahaan dan pengembangan penelitian ini antara lain:

1. Perusahaan memberikan istirahat tambahan kepada operator agar tidak mengalami kelelahan yang berakibat pada hasil produksi cacat
2. Rancangan waktu istirahat dapat diberikan kepada operator stasiun pengeboran karena telah sesuai dengan kebutuhan yang dibutuhkan oleh operator stasiun pengeboran
3. Penelitian selanjutnya diharapkan melakukan perhitungan risiko pekerjaan karena dilakukan dalam keadaan duduk dan terus menunduk.
4. Penelitian selanjutnya mungkin diperlukan uji kerja.
5. Penelitian selanjutnya mungkin diperlukan dilakukan sampling pekerjaan.
6. Penelitian selanjutnya mungkin diperlukan perhatian apakah pekerja melakukan pekerjaan secara penuh sesuai dengan jam kerja