

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara persepsi terhadap lingkungan kerja fisik dengan kelelahan kerja pada pekerja tambang batu di Gunungkidul. Hal tersebut dapat dilihat dari koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar $-0,771$ dengan taraf signifikansi $p = 0,000$ ($p < 0,050$). Artinya semakin negatif persepsi terhadap lingkungan kerja fisik maka semakin tinggi kelelahan kerja pada pekerja tambang batu di Gunungkidul, sebaliknya semakin positif persepsi terhadap lingkungan kerja fisik maka semakin rendah kelelahan kerja.

Sedangkan dari hasil kategorisasi dapat diketahui bahwa sebagian besar pekerja tambang batu memiliki persepsi terhadap lingkungan kerja fisik yang negatif dengan persentase subjek sebesar 100% dan kelelahan kerja berada dalam prosentase sedang ke tinggi, dengan prosentase subjek dalam kategorisasi tinggi sebesar 51,67 % dan prosentase subjek dalam kategorisasi sedang sebesar 48,33%. Hasil penelitian ini memperoleh koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,595. Koefisien determinasi (R^2) menunjukkan bahwa persepsi terhadap lingkungan kerja fisik memiliki kontribusi 59,5% terhadap kelelahan kerja sedangkan 40,5 % dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti intensitas lama kerja fisik dan mental, monoton, ketidakjelasan tanggung jawab, kondisi tidak fit, dan kekhawatiran konflik.

B. Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan dari hasil penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Bagi subjek

Bagi pekerja, agar dapat menurunkan tingkat kelelahan kerjanya maka langkah awal yang perlu dilakukan adalah dengan merubah persepsi negatif terhadap lingkungan kerja fisik menjadi persepsi yang positif dengan cara mengubah pola pandang terhadap lingkungan kerja fisik melalui penggunaan alat pendukung kerja seperti *earpluk*, sarung tangan serta helm untuk mengurangi efek paparan langsung yang ditimbulkan oleh lingkungan tempat kerjanya.

2. Bagi pimpinan atau pemilik usaha tambang

Pemimpin sebaiknya lebih memperhatikan lingkungan kerja fisik di lingkungan tempat kerjanya agar lebih ergonomi. Selain itu pimpinan sebaiknya menyediakan alat keamanan seperti sarung tangan, helm, *earpluk* dan mewajibkan karyawan menggunakan alat pendukung kerja tersebut saat bekerja. Melakukan kegiatan bersama seperti rekreasi bisa menjadi salah satu alternatif bagi pemimpin agar pekerja tidak merasa jenuh dengan rutinitas kerja sehari-hari dan bisa kembali *fresh* saat bekerja kembali. Penelitian ini juga diharapkan menjadi salah satu sumber data empiris bagi pimpinan tambang batu untuk merancang program intervensi dalam hal persepsi terhadap lingkungan kerja fisik untuk menurunkan tingkat kelelahan kerja pada pekerja tambang batu.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Memperbanyak subjek penelitian, apabila subjek yang digunakan dalam penelitian semakin banyak hal tersebut akan lebih dapat merepresentatifkan keadaan subjek

secara keseluruhan. Terdapat faktor lain yang mempengaruhi kelelahan yang dapat diteliti peneliti selanjutnya selain lingkungan kerja fisik antara lain monoton, intensitas dan lama kerja mental dan fisik, tidak jelasnya tanggung jawab, kekhawatiran dan konflik batin, dan kondisi kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z., & Wigdado, S. (2009). Studi literatur tentang lingkungan kerja fisik perkantoran. *Seminar Nasional V Sdm Teknologi Nuklir*. Yogyakarta: STTN-Batan.
- Adiningsih, R. (2013). Faktor yang mempengaruhi kejadian *heat strain* pada tenaga kerja yang terpapar panas di pt. aneka boga makmur. *Journal of Occupational Safety and Health*, 2(2), 145-153.
- Anna, L, K. (2015). *Yang dialami tubuh ketika adrenalin meningkat*. (diakses pada 19 oktober 2017). Diunduh dari: <http://lifestyle.kompas.com>
- Arini, S, Y., & Dwiyaniti, E. (2015). Analisis faktor yang berhubungan dengan terjadinya kelelahan kerja pada pengumpul tol di perusahaan pengembang jalan tol surabaya. *Journal of Occupational Safety and Health*, 4(2), 113-122.
- Aruan, Q, S., & Fakhri, M. (2015). Pengaruh lingkungan kerja terhadap kepuasan kerja karyawan lapangan departemen *grasbwerg power distribution* PT Freport Indonesia. *Journal MODUS*, 27(2), 141-162.
- Atmasari, N. (2015). Seorang penambang batu tewas tertimpa reruntuhan batu. (diakses pada tanggal 20 september 2017). Diunduh dari: <http://www.harianjogja.com/>.
- Azwar, S. (2015). *Penyusunan skala psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Baron, R, A., & Byrne, D. (2004). *Psikologi sosial*. Jakarta: Erlangga.
- Desmonda, A, A. (2016). Pengaruh lingkungan kerja fisik terhadap produktivitas kerja karyawan pada pt. federal international finance cabang samarinda. *eJournal Administrasi Bisnis*, 4(4), 1179-1193.
- Etikariena, A. (2014). Perbedaan kelelahan kerja berdasarkan makna kerja pada karyawan. *Jurnal Psikogenesis*, 2(2), 169-179.
- Harrianto, R. (2013). *Kesehatan Kerja*. Jakarta: EGC.
- Ihsan, T., & Salami, I, R, S., (2015). Hubungan antara bahaya fisik lingkungan kerjadan beban kerja dengan tingkat kelelahan pada pekerja di divisi *stamping* PT. X Indonesia. *Jurnal Teknik Lingkungan UNAND*, 12(1), 10-16.
- Iridiastadi, H., & Yassierli. (2015). *Ergonomi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.

- Maharja, R. (2015). Analisis tingkat kelelahan kerja berdasarkan beban kerja fisik perawat di instalasi rawat inap RSUD Haji Surabaya. *The Indonesian Journal of Occupational Safety and Health*, 4(1), 93–102.
- Muhammad, S. R., Adolfina., & Lumintang, G. (2016). Pengaruh lingkungan kerja, kompensasi dan beban kerja terhadap kinerja karyawan pada dinas pendapatan daerah kota manado. *Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis Dan Akuntansi*, 4(1), 045-055.
- Munandar, A. S. (2001). *Psikologi industri dan organisasi*. Jakarta: UI-Press.
- Norianggono, Y, C, P., Hamid, D., & Ruhana, I. (2014). Pengaruh lingkungan kerja fisik dan non fisik terhadap kinerja karyawan (studi pada karyawan pt. telkomsel area iii jawa-bali nusra di surabaya). *Jurnal Administrasi Bisnis (JAB)*, 8(2), 1-10.
- Pemkab gunungkidul .(2017). *Profil daerah*. (diakses pada tanggal 19 September 2017). Diunduh dari: <http://www.gunungkidulkab.go.id/>.
- Prawirakusumah, S. (2009). *Higiene perusahaan dan kesehatan kerja (HIPERKES)*. Jakarta: Sagung Seto.
- Rahmawati, N, P., Swasto, B., & Prasetya, A. (2014). Pengaruh lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan (studi pada karyawan kantor pelayanan pajak pratama malang utara). *Jurnal Administrasi Bisnis (JAB)*, 8(2), 1-9.
- Robbins, S. P. (2003). *Perilaku organisasi*. Jakarta: PT INDEKS Kelompok Gramedia.
- Salami, I. R. S., Arismunandar, W., Soebaryo, R. W., Thahaja, P. I., Soemirat, J., Roosmini, D., Oginawati, K., Ariesyady, H. D. (2016). *Kesehatan dan keselamatan lingkungan kerja*. Bandung: Gadjah Mada University Press.
- Sartono, Martaferry., & Winaresmi. (2013). Hubungan faktor internal dan faktor eksternal karyawan dengan kelelahan kerja pada karyawan laundry garment dibagian produksi CV Sinergie Laundry Jakarta barat, *Jurnal AKESMAS*, 1(1), 64-72.
- Sedarmayanti. (2009). *Sumber daya manusia dan produktivitas kerja*. Bandung: CV Mandar maju.
- Setiawan, J. (2013). Pengaruh karakteristik individu dan lingkungan kerja terhadap kinerja karyawan PT Awetama Bima Reksa. *Jurnal AKMENBIS*, 11(1), 55-70.
- Sholihah, Q & Fauzia, R. (2013). Relationship work fatigue related to work stress on circadian rythm night shift operator employee PT. Indonesia Bulk Terminal

Kotabaru, South Kalimantan, Indonesia. *The European Journal of Social & Behavioural Sciences (EJSBS)*, 1424-1430, <http://www.futureacademy.org.uk/>.

Soedirman & Prawirakusumah, S. (2015). *Kesehatan kerja dalam perspektif hiperkes dan keselamatan kerja*. Jakarta : Erlangga

Solikhah, G. P., Suwandi, T., & Indriani, D. (2016). Factors that cause work fatigue of nurses in the inpatient installation rsud prof. dr. soekandar mojosari. *International Journal of Advanced Engineering, Management and Science (IJAEMS)*, 2(7), 997-1000.

Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sujoso, A, D, P., (2009). Stres kerja, getaran dan kelelahan pada pengemudi transportasi umum, studi kasus pada masinis kereta api daop vi Yogyakarta. *jurnal IKESMA*, 5(1), 56-65.

Sukamto, M, A., Masjaya., & Riady, M, G. (2013). Pengaruh lingkungan kerja fisik dan non fisik terhadap kinerja pegawai pada badan ketahanan pangan dan pelaksana penyuluhan daerah kota samarinda. *Jurnal Administrasi Reform*, 1(2), 431-443.

Suliswati, L., Setiani, O., & Joko, T. (2007). Kajian faktor fisik lingkungan kerja yang berhubungan dengan tingkat kelelahan pada tenaga kerja di unit spinning iv PT. Sinar Pantja Djaja Semarang. *Jurnal Kesehatan Lingkungan Indonesia*, 6(1), 33-36.

Hadi, S. (2015). *Metodologi research*. Yogyakarta: Andi Offset.

Tarwaka., Bakri, S. HA., & Sudiajeng, L. (2004). *Ergonomi untuk keselamatan, kesehatan kerja dan produktivitas*. Surakarta: UNIBA Press.

Wahyuningsih, M. (2010). *10 hormon penting tubuh manusia*. (diakses pada 19 oktober 2010). <https://health.detik.com>.

Walgito, B. (2010). *Pengantar psikologi umum*. Yogyakarta: Andi Offset.

Wati, M., & Haryono, W. (2011). Hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja karyawan laundry di Kelurahan Warungboto Kecamatan Umbulharjo kota Yogyakarta. *Jurnal KES MAS*, 5(3), 162-232.

Widana, I, K., & Pujihadi, I, G, O. (2014). Kebisingan berpengaruh terhadap beban kerja dan tingkat kelelahan tenaga kerja di industri pengolahan kayu. *Seminar*

Nasional Sains dan Teknologi. Jakarta: Fakultas Teknik Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Yuwono, I., Suhariadi, F., Handoyo, S., Fajriathi., Muhammas, B, S., & Septarini, B, G. (2005). *Psikologi industri & organisasi*. Surabaya: Universitas Airlangga.