

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisa data, maka kesimpulan yang dapat diperoleh adalah sebagai berikut:

1. Pada kelompok responden dengan aktivitas fisik yang tinggi, dimensi kelelahan yang berkorelasi kuat terhadap *work ability index* adalah dimensi kekurangan energi, dengan indikator yang paling sering terjadi adalah merasa tenaga banyak berkurang, dan dimensi pengerahan tenaga fisik dengan indikator yang sering terjadi adalah berkeringat.
2. Pada kelompok responden dengan aktivitas mental yang tinggi, dimensi kelelahan yang berkorelasi kuat terhadap *work ability index* adalah dimensi ketidaknyamanan fisik dengan indikator yang paling sering terjadi adalah otot terasa tegang, dan dimensi pengerahan tenaga fisik dengan indikator yang sering terjadi adalah berkeringat.

6.2 Saran

Pengukuran pada penelitian ini dilakukan dengan *self assessment*. Pada penelitian selanjutnya, penilaian kemampuan kerja atau *work ability* akan lebih baik jika melibatkan orang lain, seperti kepala bagian atau kepala departemen di tempat kerja dan disertai dengan data hasil performansi kerja. Selain itu, sebaiknya ditambah dengan parameter yang bersifat objektif, salah satunya seperti pengukuran detak jantung.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahsberg, E., Furst, C. J., 2009. *Dimensions of Fatigue during Radiotherapy – An Application of The Swedish Occupational Fatigue Inventory (SOFI) on Cancer Patients.*Taylor and Francis Group. Sweden.
- Ghozali, Imam., 2013. *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS, Edisi kedelapan.* Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Guastello, S. J., 2014. *Human Factors Engineering and Ergonomics. Taylor and Francis Group, second edition.* New York.
- Lestari, D. I., Ramdhan D.H., 2014. *Analisa Tingkat Hubungan Stres Kerja terhadap Work Ability Index (WAI) pada Pekerja di Area Lube Oil Blending Plant PT. Pertamina Lubricants Production Unit Jakarta.* Jakarta: Universitas Indonesia.
- Leung, W. S., Chan, C. C. H., He, Jufang., 2004. *Structural Stability and Reliability of the Swedish Occupational Fatigue Inventory among Chinese VDT Workers. Applied ergonomics 35 (2004) 231-241.* Elsevier LTD.
- Ma, Jing., Mathew, Elsheba., Abou-Taleb, A.N., Shreedharan, J., 2015. *Work Ability Index among Expatriate Workforce in Ajman and Sharjah, UAE. International Journal of Current Research, Vol. 7, Issue, 03, pp.13286-13291.*
- Malhotra, N. K., 2009. *Riset Pemasaran Pendekatan Terapan, Edisi keempat.* Indeks.

- McLaughlin, J. L. 2007. *Stress, Fatigue, and Workload: Determining The Combined Affect of Human Performance*. Orlando: University of Central Florida.
- Sevilla., Consuelo G., et. al (2007). *Research Methods*. Rex Printing Company. Quezon City.
- Suastini, N. K., Adiputra, I. N., 2015. *Hubungan Kelelahan dengan Kemampuan Kerja Karyawan Bagian Housekeeping Hotel Bintang Tiga di Denpasar*. Denpasar: Universitas Udayana.
- Sugiyono., 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*.: Alfabeta.
- Sugiyono., 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D, cetakan ke-14*. Bandung: Alfabeta.
- Tuomi, K., Ilmarinen, J., Jahkola, A., Katajarinne, L., Tulkki, A., 1998. *Work Ability Index, 2nd revised edition*. Helsinki: Finnish Institute of Occupational Health..
- Wignjosoebroto, S., 2003. *Ergonomi Studi Gerak dan Waktu, edisi pertama*. Jakarta: Guna Widya.
- Williamson A., Lombardi, D. A., Folkard, S., Stuts, J., Courtney, T.K., Connor, J. L., 2011. *The Link Between Fatigue and Safety, Accident Analysis and Prevention* 43, Pages 498-515.
- Zuraida, R., Iridiastadi, H., Puspasari, M. A., 2015. *Perbandingan Kuesioner Swedish Occupational Fatigue Inventory (SOFI) dan Fatigue Assessment Scale (FAS) sebagai Alat Pengukuran Persepsi Kelelahan*.