

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil pengolahan dan analisa data yang dilakukan dalam menilai beban kerja fisik pekerja. Hasil dari perhitungan beban kerja dengan pendekatan fisiologis diantaranya sebagai berikut:

1. Hasil pengukuran fisiologis pada mekanik UPT Perlengkapan dan Perbengkelan tergolong kategori beban kerja ringan, karena rekapitulasi konsumsi oksigen (VO) dibawah 0,5-0,9 dengan rata-rata keseluruhan sebesar 0,97.
2. Hasil perhitungan %CVL pada aktivitas mekanik di UPT Perlengkapan dan Perbengkelan terdapat pekerja yang memiliki %CVL terbesar, dialami pada waktu bekerja oleh mekanik Irwan dengan %CVL sebesar 49,08 yang masuk kedalam kategori kerja diperlukan tindakan segera.
3. Hasil analisis fisiologi yang dialami mekanik UPT Perlengkapan dan Perbengkelan, maka pekerja mekanik tidak terlalu berat sehingga perlu dilakukan perbaikan pada instansi tersebut.
4. Hasil pendekatan fisiologis yang dilakukan mekanik untuk menentukan waktu istirahat didapat nilai  $K = 1,377$  Kkal/Min. Karena nilai energi yang dikeluarkan pekerja kurang dari nilai standar energi yang dikeluarkan yaitu (pria = 5 kkal/mnt, wanita = 4 kkal/mnt) artinya waktu istirahat sudah cukup dan tidak dibutuhkan waktu istirahat pada mekanik tersebut. Sementara itu hasil perhitungan yang dilakukan untuk menentukan waktu istirahat mekanik didapat waktu istirahat sebesar 61 menit 44 detik.

#### **6.2 Saran**

Berdasarkan dari hasil kesimpulan diatas, maka penulis dapat memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Memperhatikan keselamatan pekerja mekanik di UPT Perlengkapan dan Perbengkelan Kantor Dinas Pekerjaan Umum dan Penataan Ruang Kota Tangerang.
2. Mengharapkan instansi melakukan perbaikan pada fasilitas dan lokasi workshop,

tempat para mekanik melakukan aktivitasnya.

3. Meningkatkan motivasi kerja pada pekerja mekanik di UPT Perlengkapan dan Perbengkelan Kantor Dinas Pekerjaan Umum dan Penataan Ruang Kota Tangerang.