

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Setelah peneliti melakukan penelitian tentang *Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Oke Jek Di Base Camp Oke Jek Kediri* dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Gambaran *Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Oke Jek Di Base Camp Oke Jek Kediri*.

- a. Kelelahan Emosi

Dalam aspek kelelahan emosi dari ketiga subjek pengemudi oke jek, merasakan beberapa indikator dan gambaran yang ditegaskan dalam jawaban subjek. Indikator tersebut merupakan gejala yang menandai akan terjadinya pelemahan kegiatan pengemudi dalam melakan mengemudi, seperti mengantuk, merasa putus asa, merasa ingin membaringkan badan.

- b. Kelelahan Mental

Dalam aspek kelelahan mental dari ketiga subjek pengemudi oke jek, pengemudi mengalami pelemahan motivasi dalam mengemudi yang di tandai dengan indikator beserta gambaranya, seperti merasakan cemas, sulit berkonsentrasi, serta merasakan gugup dan kurang puas dalam melaksanakan pekerjaanya.

c. Kelelahan Fisik

Dalam aspek kelelahan fisik dari ketiga subjek pengemudi oke jek, diketahui pengemudi mengalami gejala umum pada tubuh dan anggota badannya saat melakukan pekerjaan mengemudi yang ditandai dengan beberapa indikator, seperti gejala nyeri pada bagian tubuh seperti bahu, tangan, dan kepala serta secara umum pada tubuhnya merasa kaku, gelisah, mudah haus, perubahan pola makan, tremor pada bagian otot serta merasakan kondisi kurang sehat.

2. Faktor Yang Mempengaruhi *Kelelahan Kerja Pada Pengemudi Oke Jek Di Base Camp Oke Jek Kediri.*

a. Faktor Kondisi Kesehatan

Subjek melakukan pekerjaan dalam kondisi sehat, kemudian diketahui kedua subjek yang telah memiliki usia 38 dan 48 tahun muncul gejala yang dirasakan oleh subjek, seperti kemampuan kerjanya berkurang sehingga ditandai dengan kondisi yang mudah lelah saat melakukan pekerjaan. Sedangkan pada subjek berusia 48 mulai muncul gejala seperti mudah sakit kepala, nyeri di bagian tubuh tertentu.

b. Faktor Lama Kerja

Subjek melakukan pekerjaan dengan lama kerja yang berbeda adapun subjek yang melakukan pekerjaannya sampai larut waktu malam. Hal ini berbeda pada subjek E yang melakukan pekerjaan hanya dari pagi sampai sore, akan tetapi lama kerja yang alami subjek E ini terdapat dalam menyelesaikan orderan. Sehingga lama kerja dengan beragam gamabaranya ini menjadikan sebagai faktor yang dapat mempengaruhi kelelahan kerja.

c. Faktor Monotonitas

Subjek merasakan monotonitas dalam bekerja, hal ini di gambarkan pada kondisi pekerja ketika kondisi kerja yang cenderung statis dan tidak kunjung ada perubahan dalam pendapatan. Dalam hal ini peneliti juga mendapati subjek merasa jenuh, bosan dan cepat mengalami kelelahan serta gejala gejala terjadi pada subjek yang di pengaruhi kondisi monoton. Gejala gejala tersebut yang menguatkan peneliti bahwa faktor monotonitas mempengaruhi kelelahan kerja.

d. Faktor Psikologis

Gambaran konsisi psikologi yang di rasakan subjek berbeda beda, latar belakang subjek yang merupakan ada seorang ibu rmah tangga dan ada seorang kepala rumah tangga dan mahasiswa, hal inimenjadikan faktor psikologi

yang terjadi pada subjek berbeda beda pengaruh kelelahan tersebut memiliki gambaran berbeda diantara subjek tersebut

e. Faktor Lingkungan

Kondisi faktor lingkungan yang terjadi pada ketiga subjek ini cenderung bersinggungan dengan sikap yang di berikan pelanggan terhadap pengemudi, adapatun temuan lain yaitu terjadinya kendala dalam peralatan kerja. Gambaran kondisi lingkungan diatas merupakan suatu iklim atau kondisi kerja yang juga dapat meningkatkan lama kerja sekaligus menjadikan munculnya indikator kelelahan kerja pada subjek.

B. Saran

- a. Bagi Pengemudi diharapkan untuk tetap memephrhatikan dan memeperdulikan kondisi fisiknya dalam bentuk mengatur dan memanajemen waktu beristirahan serta menjaga pola hidup sehat. Dalam hal bekerja pengemudi diharapkan juga berkomitmen dalam pilihan kerja yang artinya pengemudi dapat mengatur waktu melakukan online untuk mencari pelanggan wapada serta tidak lalai dalam memeperhatikan dan menerapkan kebiasaan yang dapat menunjang keselamatan kerja. Kemudian dalam hal emosi pengemudi juga diharapkan dapat segera merespon beberapa gejala

yang terjadi seperti ingin membaringkan badan atau lainnya supaya tidak menjadi sebuah kendala maupun hal yang tidak di inginkan dalam bekerja.

- b. Bagi Peneliti Selanjutnya untuk meneliti ulang indikator baru mengenai kelelahan kerja beserta gambaranya, kemudian faktor kelelahan juga perlu di kemudian hari untuk di teliti supaya dapat mengidentifikasi fenomena maupun temuan baru yang terjadi. Serta dapat melakukan penelitian kelelahan kerja terhap platform maupun komunitas lain yang dapat memberikan varian maupun keragaman kondisi kelelahan kerja pengemudi ojek online.
- c. Bagi Perusahaan supaya memperbaruhi aplikasi dan sistem majemen server agar tidak memunculkan kondisi yang dapat menghambat kerja pengemudi, kemudian sistem aplikasi juga seharusnya dapat mengatur pembagian perolehan pelanggan secara adil terhadap para pengemudi pengemudi yang belum mendapat orderan. Dalam hal keselamatan harusnya perusahaan juga memperhatikan akan kondisi kesehatan dengan memberikan fasiltas atau kebijakan yang dapat meminimalisir akan resiko terdampak covid pada pengemudi.