

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di Pabrik Tahu Asep Kecamatan Sukabumi Bandar Lampung mengenai karakteristik pekerja (masa kerja dan tingkat pendapatan), status Anemia, perilaku kesehatan dan kelelahan kerja pada karyawan pabrik tahu dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik pekerja menurut jenis kelamin laki-laki (53,3%) lebih banyak dari Perempuan (46,7%), usia dewasa (63,3%) lebih banyak jika dibandingkan dengan usia remaja (6,7%)., masa kerja dengan masa kerja baru (63,3%) lebih tinggi daripada masa kerja cukup lama (33,3%), tingkat pendapatan 100% karyawan pabrik tahu pendapatan keluarganya masih rendah (UMK < 2.991.349,00).
2. Prevalensi anemia pada karyawan pabrik tahu Asep sebanyak 26,7% lebih rendah jika dibandingkan dengan 73,3% tidak anemia.
3. Permasalahan pada perilaku kesehatan sebanyak 93,3% karyawan tidak melakukan olahraga selama 30 menit perhari. 6,7% karyawan tidak mengkonsumsi makanan beragam pada porsi makan sehari, dan 16,7% karyawan tidak melarang anggota keluarga merokok didalam rumah.
4. Kelelahan kerja pada karyawan pabrik tahu sebanyak 40% mengalami kelelahan ringan lebih rendah jika dibandingkan dengan 56,7% mengalami kelelahan sedang.

B. Saran

Melihat dari hasil penelitian di Pabrik Tahu Asep Kecamatan Sukabumi Bandar Lampung masih terdapat karyawan yang mengalami Anemia. Berdasarkan hal tersebut saran yang dapat diberikan peneliti adalah :

1. Sebaiknya apabila masih terdapat pekerja yang termasuk dalam lansia dapat diberikan keringanan dalam bekerja agar para pekerja tersebut tidak merasa kelelahan atau pihak pabrik dapat mempertimbangkan pekerja dengan rentan usia 46 sampai lebih dari 65 tahun mengingat usia tersebut bukan lagi termasuk usia produktif.

2. Pabrik Tahu Asep dapat menaikkan gaji secara bertahap atau memberikan uang lembur agar para karyawan dapat mencukupi kebutuhan hidup salah satunya agar para pekerja bisa membawa makan siang dari rumah.
3. Pabrik Tahu Asep sebaiknya dapat mengurangi jam kerja sampai batas jam kerja normal agar para karyawan tidak merasakan kelelahan saat bekerja
4. Pabrik Tahu Asep dapat berkoordinasi dengan pihak puskesmas dengan melakukan program pemberian tablet tambah darah (TTD) atau karyawan dapat membeli sendiri untuk menangani masalah anemia yang terjadi di pabrik tahu tersebut.