

BAB 8

SIMPULAN DAN SARAN

8.1. Simpulan

Dari uraian hasil penelitian dan pembahasan maka didapatkan simpulan sebagai berikut:

1. Lamanya pengalaman mengemudi Pengemudi Truk Mixer di PT. Jaya Readymix lebih banyak dengan pengalaman mengemudi kurang dari 2 tahun, hal ini menunjukkan bahwa tingginya angka keluar dan masuknya karyawan baru.
2. Rata-rata waktu tempuh pengemudi Truk Mixer di PT. Jaya Readymix adalah lebih dari 2 jam dalam sekali perjalanan. Waktu tempuh perjalanan ini dihitung mulai dari pengemudi berangkat dari Plant sampai dengan Proyek tujuan termasuk proses pemindahan beton campuran ke lokasi yang ditentukan.
3. *Over Time* pada pengemudi truk mixer di PT. Jaya Readymix tidak sepenuhnya digunakan untuk melakukan beban kerja, karena lamanya waktu *over time* pengemudi terhitung mulai dari pengemudi datang sampai dengan ritasi terakhir termasuk lamanya pengemudi di Proyek. Sedangkan Lamanya di Proyek tergantung pada jenis penuangan beton campuran, dengan metode pompa yang memerlukan waktu maksimal setengah jam, atau dengan pengangkutan beton campuran menggunakan ember atau wadah secara manual. Sehingga *Over time* yang berlaku bagi Pengemudi Truk Mixer PT. Jaya Readymix tidak sepenuhnya digunakan untuk melakukan pekerjaan.

4. Dari hasil penelitian diperoleh bahwa faktor lamanya pengalaman mengemudi, rata-rata waktu tempuh perjalanan, dan Over time tidak memiliki hubungan yang bermakna dengan frekuensi munculnya kelelahan pada pengemudi di PT. Jaya Readymix, hal ini terlihat dengan angka p value yang lebih besar dari 0,05
5. Kelelahan muncul dengan frekuensi kadang-kadang, artinya gejala kelelahan itu muncul 1-2 hari dalam satu minggu.
6. Gejala kelelahan yang dialami pengemudi dengan frekuensi munculnya kadang-kadang adalah sebagai berikut : perasaan berat dikepala, bahu terasa kaku, nyeri di punggung, leher terasa kaku, mengalami kebosanan, daya konsentrasi menurun, merasa kacau pikiran, tidak dapat mengontrol sikap, perasaan ingin berbaring, nyeri di pinggang, lelah untuk bicara, merasa kurang sehat, kaki terasa berat, merasa kaku dan canggung dalam bergerak, kelopak mata terasa berat, sering merasa mengantuk, kelopak mata terasa tegang.
7. Gejala kelelahan yang muncul dengan frekuensi sangat sering yaitu : perasaan sering merasa haus.

8.2. Saran

Dengan diketahuinya keadaan bahwa waktu tempuh dan over time pada pengemudi truk mixer PT. Jaya Readymix tidak memiliki keterkaitan dengan tingkat kelelahan, maka saran yang disampaikan adalah sebagai berikut :

1. Perusahaan sebaiknya mengupayakan suatu program dalam rangka meminimalkan jumlah karyawan yang keluar atau masuk.

2. Perusahaan tetap mempertahankan jumlah waktu tempuh pengemudi supaya tetap stabil, artinya untuk pengalokasian atau pengiriman beton campuran Perusahaan sudah cukup baik, sehingga waktu tempuh yang dilalui pengemudi tidak mengakibatkan pengemudi kelelahan saat di jalan.
3. Tingkat kelelahan dari jenis pekerjaan pengemudi truk mixer termasuk dalam kategori kelelahan yang frekuensi munculnya kadang-kadang (1-2 hari muncul dalam satu minggu), namun sebaiknya Perusahaan memberikan batasan waktu over time sesuai dengan yang dianjurkan oleh UU Republik Indonesia No.13 Tahun 2003 Pasal 78, yaitu waktu lembur yang hanya dapat dilakukan paling banyak 3 jam dalam sehari dan 14 jam dalam seminggu hal ini untuk meningkatkan performa kerja dan produktivitas kerja yang lebih baik lagi.
4. Sebaiknya perusahaan mengupayakan supaya bisa lebih meminimalkan frekuensi gejala kelelahan yang muncul kadang-kadang, dengan mensosialisasikan atau memberikan informasi pentingnya melakukan peregangan pada otot-otot tubuh saat pengemudi menunggu campuran beton di tuang pada tempat yang ditentukan konsumen.
5. Menyediakan sarana air minum mengingat gejala kelelahan merasa haus sangat sering muncul.
6. Perusahaan sebaiknya membuat shift kerja yang lebih teratur.
7. Perusahaan merumuskan waktu Over Time sesuai dengan perhitungan yang tepat, maksudnya supaya tercipta solusi yang menguntungkan antara Perusahaan dan pengemudi. Salah satunya menyediakan pompa yang nantinya disewakan pada proyek yang tidak menyediakan pompa pada saat

pemindahan beton campuran dari mixer ke lokasi. Hal ini dimaksudkan supaya pengemudi tidak terlalu lama berada di Proyek sehingga waktu over time memang efektif digunakan oleh pengemudi.

