

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian beban kerja mental dan tingkat kelelahan pengemudi bus AKAP di Terminal Tipe A Duingi Kota Gorontalo diperoleh:

1. Hasil beban kerja mental pengemudi bus AKAP menggunakan Metode NASA-TLX masuk dalam kategori tinggi dengan nilai rata-rata sebesar 57,76. Indikator kebutuhan waktu menjadi point pertama yang mempengaruhi dengan nilai 10,80, indikator kedua adalah kebutuhan Mental dengan nilai 10,11, indikator ketiga adalah kebutuhan fisik dengan nilai 10,07, indikator keempat adalah performansi dengan nilai 9,77, indikator kelima adalah tingkat usaha dengan nilai 8,81, dan terakhir adalah tingkat frustasi dengan nilai 8,19. Sehingga pekerjaan mengemudi bus AKAP di Terminal Duingi Kota Gorontalo mengemukakan kebutuhan waktu menjadi penyebab terbesar tingkat beban kerja mental.
2. Hasil tingkat kelelahan pengemudi bus AKAP menggunakan metode SOFI masuk dalam kategori sedang dengan nilai 3,07. Dimensi sleepiness atau rasa kantuk menjadi point pertama yang mempengaruhi kelelahan dengan nilai 4,00, dimana indikator yang mendominasi yaitu mengantuk dan sering menguap masuk dalam kategori tinggi. Dimensi kedua adalah kekurangan energy dengan nilai 3,66, dimana indikator yang mendominasi yaitu sangat lelah masuk dalam kategori tinggi. Dimensi ketiga adalah ketidaknyamana fisik dengan nilai 3,46. Dimensi keempat adalah aktivitas fisik dengan nilai

2,55, dimana indikator yang mendominasi yaitu berkeringat masuk dalam kategori tinggi. Terakhir adalah dimensi berkurangnya motivasi dengan nilai 1,70.

5.2 Saran

Adapun saran yang diberikan dari penelitian ini adalah :

1. Bagi peneliti selanjutnya dapat menganalisis tingkat kantuk dengan menggunakan metode lainnya..
2. Peneliti selanjutnya juga dapat menganalisis beban kerja mental dan tingkat kelelahan menggunakan jenis penelitian objektif.

DAFTAR PUSTAKA

- Abriyuda, S. D. (2017). Pengukuran Beban Kerja Mental Pengemudi Bis Angkutan Akap Di Terminal Giwangan Yogyakarta Dengan Metode Nasa Task Load Index (NASA-TLX). *Skripsi*, 2017, 6–20.
- Afif, N., Jayanti, S., & Wahyuni, I. (2021). Hubungan Postur Kerja , Durasi Mengemudi Dengan Keluhan Nyeri. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 9(1), 65–71.
- Agustina, N. D. (2020). Pengukuran Beban Mental Dan Kelelahan Mahasiswa Saat Pembelajaran Daring Selama Pandemi Menggunakan Metode Nasa-Tlx Dan Sofi. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 1–23
- Astuty, M. S., W., C. S., & Yuniar. (2013). Tingkat Beban Kerja Mental Masinis Berdasarkan NASA-TLX (Task Load Index) Di PT. KAI Daop. II Bandung. *Jurnal Online Institut Teknologi Nasional Reka Integra ISSN: 2338-5081*, 1(1), 69–77.
- Azwar, A. G., & Candra, C. (2019). Analisis Beban Kerja Dan Kelelahan Pada Mahasiswa Menggunakan Nasa-TLX dan SOFI Studi Kasus Di Universitas Sangga Buana YPKP Bandung. *ReTIMS*, 1(1), 14–21.
- Daulany, S. A. D. (2018). Analisis Faktor Risiko Kelelahan Supir Bus Antar Kota Antar Provinsi (AKAP) di Perusahaan Otobus (PO) Antar Lintas Sumatera (ALS) Kota Palembang Tahun 2018. *Universitas Sriwijaya*.
- Depkes. (2016). Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. *Departemen Kesehatan*, 1.
- Diniaty, D., & Mulyadi, Z. (2016). Analisis Beban Kerja Fisik Dan Mental Karyawan Lantai Produksi Dipt Pesona Laut Kuning. *Jurnal Sains, Teknologi, Dan Industri*, 13(2), 203–210.
- Effendy, H., Machmoed, B. R., Rasyid, A., (2021). Pengukuran dan Analisis Produktivitas Menggunakan Metode Objektif Matrix (OMAX). *Jambura Industrial Review (JIREV)*, 1(1), 40-47.
- Erwani, D. (2017). Pengukuran Beban Kerja Mental Terhadap Pengaruh Kelelahan Pengemudi Bus Antar Kota Dalam Provinsi Trayek Pontianak Tujuan Putussibau. *Jurnal TIN Universitas Tanjungpura*, 96–102. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jtinUNTAN/article/view/42567>
- Fatimah, S. (2019). PENGANTAR TRANSPORTASI. In *Myria Publiser* (Cetakan 1). Myria Publiser.
- Fenyvian, C. C., S. Uslianti, & R. Rahmawati. 2020. Pengukuran Beban Kerja Mental dan Tingkat Kelelahan Menggunakan Metode NASA-TLX dan SOFI Pada Karyawan PT. XYZ. *Universitas Tanjungpura*, 58-63
- Fitriningsih, & Hariyono, W. (2013). Hubungan Umur, Beban Kerja Dan Posisi

Duduk Saat Bekerja Dengan Keluhan Nyeri Punggung Pada Pengemudi Angkutan Kota Di Kabupaten Wonosobo Jawa Tengah. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Journal of Public Health)*, 5(2). <https://doi.org/10.12928/kesmas.v5i2.1076>

Hakiim, A., Wahidin, S., & Sari, D. A. (2018). Analisis Beban Kerja Fisik dan Mental Menggunakan CVL dan NASA-TLX Pada Divisi Produksi PT X. *Jurnal Unsika*, 3(2), 1–5.

Hakistian, M. A., & Geovani, A. (2019). Analisis Tingkat Kelelahan Pada Pekerja Shift Departemen Finishing PT. Grand Textile Industry. *Prosiding Seminar SoBAT Ke-1*, 279–290.

Hidayat, T. F., Pujangkoro, S., Industri, D. T., Teknik, F., Utara, U. S., Almamater, J., & Usu, K. (2013). Pengukuran Beban Kerja Perawat Menggunakan Metode Nasa-Tlx Di Rumah Sakit Xyz. *Jurnal Teknik Industri USU*, 2(1), 42–47.

Hutabarat, J. (2018). Kognitif Ergonomi: Aplikasi Pencantingan Batik dan Sopir Angkutan Kota. In *Buku*. Mitra Gajayana.

Li, G., Huang, S., Xu, W., Jiao, W., Jiang, Y., Gao, Z., & Zhang, J. (2020). *Dampak kelelahan mental pada otak kegiatan: studi banding baik dalam istirahat status dan status tugas menggunakan*. 21(20).

Menteri Perhubungan Republik Indonesia. (2019). Peraturan Menteri Perhubungan Republik Indonesia Nomor PM 15 Tahun 2019 Tentang Penyelenggaraan Angkutan Orang Dengan Kendaraan Bermotor Umum Dalam Trayek. *Mentri Perhubungan Republik Indonesia*, 13.

Muslimah, E., Nandhiroh, S., & Akriyanto, L. A. (2015). Evaluasi Beban Kerja Fisik Dan Mental Pengemudi Bus Akdp Rute Solo-Semarang. *Jurnal Seminar Nasional IENACO*, 1988, 172–178.

Okitasari, H., & Pujotomo, D. (2016). Analisis Beban Kerja Mental Dengan Metode NASA TLX Pada Divisi Distribusi Produk Pt. Paragon Technology and Innovation. *Jurnal Undip*, 5(3).

Otmani, S., Rogé, J., & Muzet, A. (2005). Sleepiness in professional drivers: Effect of age and time of day. *Accident Analysis and Prevention*, 37(5), 930–937. <https://doi.org/10.1016/j.aap.2005.04.011>

Pratama, E. R., Rahayu, M., Sjafrizal, T., Industri, F. R., Telkom, U., Discomfort, P., Exertion, P., & Kerja, K. (2014). Identifikasi Tingkat Kelelahan Untuk Mengurangi Risiko Kecelakaan Kerja Di Divisi Warehouse Pt . Papandayan Cocoa Industries Dengan Pendekatan Metode Beban Kerja Mental Fatigue Level Identification To Reduce Work Accident Risk in Warehouse Division Pt . P. *EProceedings of Engineering*, 2(3), 7524–7539.

Rizqi, M., Gustopo, D., & Soemanto, S. (2020). Pengukuran Beban Kerja Mental Sopir Pada Transportasi Wisata Di Koperasi Nelayan Al-Farisi Kabupaten Gresik. *Jurnal Valtech*, 3(2).

<https://ejournal.itn.ac.id/index.php/valtech/article/view/2758>

- Salvati, L., D'Amore, M., & Florentino, A. (2021). *Deteksi Kelelahan dan Mengantuk Pengemudi di Jalan selama Perjalanan Jarak Menengah*.
- Sari, R. I. P. (2017). Pengukuran Beban Kerja Karyawan Menggunakan Metode NASA-TLX Di PT. Tranka Kabel. *Sosio-E-Kons*, 9(3), 223–231
- Seguí, M. D. M., Cabrero-García, J., Crespo, A., Verdú, J., & Ronda, E. (2015). Kuesioner Yang Andal dan Valid di Kembangkan Untuk Mengukur Computer Vision Syndrome di Tempat Kerja. *Journal of Clinical Epidemiology*, 68(6), 662–673. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2015.01.015>
- Sm, E. K., Junus, S., & Hasanuddin, H. (2021). Hubungan Antara Kelelahan dan Keluhan Fisik Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Pekerja Pengalengan Ikan. *Jambura Industrial Review (JIREV)*, 1(1), 7–14. <https://doi.org/10.37905/jirev.1.1.7-14>
- Soewardi, H., & Wibowo, E. B. (2014). Analisis Beban Kerja Mental Sopir Bus Umum. *ICETIA*, 335–339.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Cetakan Ke-23. Alfabeta. Bandung.
- Tarwaka. 2019. *Ergonomi Industri: Dasar-Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja*. Edisi 2. Cetakan Ke-3. Harapan Press. Surakarta.
- UU No. 22 Tentang Lalu Lintas Jalan. (2009). Peraturan Undang-undang Republik Indonesia Nomor 22 Tahun 2009 Tentang Lalu Lintas Jalan. *Undang-Undang Republik Indonesia*, 60.
- Wulanyani, N. M. S., Vembriati, N., Astiti, D. P., Rustika, I. M., Indrawati, K. R., Susilawati, L. K. P. A., Suarya, L. M. K. S., Lestari, M. D., Tobing, D. H., Wilani, N. M. A., Marheni, A., Widiasavitri, P. N., Budisetyani, P. W., Supriyadi, Valentina, T. D., & Herdiyanto, Y. K. (2016). *Buku Ajar Ergonomi*. Universitas Udayana.
- Zuraida, R. 2015. Tingkat Kelelahan Pengemudi Bus Rapid Transport (BRT) Jakarta Berdasarkan Swedish Occupational Fatigue Index. *Comtech*, 6(2): 229-237.