

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

1. Dari hasil penelitian diatas, menyatakan bahwa, beban mental emnggunakan metode NASA TLX, seluruh 15 pekerja mengalami beban mental yang sangat tinggi dan 1 pekerja merasakan beban mental tinggi, sehingga perusahaan haru sesegera mungkin memperbaiki beban mental para pekeja.
2. Dari hasil penelitian dengan metode OWAS, beban fisik keluhan otot para pekerja, sering terjadi pada bagian leher dan kaki, dan punggung dengan level sedang yang dimana perusahaan mungkin perlu perbaikan untuk memperbaiki postur kerja, sehingga dibutuhkan evaluasi usulan perbaikan tempat bekerja seperti desain kursi dan meja yang lebih ergonomis.

6.2 Saran

Dengan adanya usulan perbaikan bagi perusahaan, semoga diharapkan mampu mengurangi beban mental dan fisik para pekerja di PLN UP3 Gresik, sehingga pekerjaan bisa lebih produktif dan mampu menciptakan lingkungan kerja nyaman.

