

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan antara Status Gizi dan Kadar Hemoglobin dengan Kelelahan Kerja pada Pemulung di TPA Blondo Kabupaten Semarang, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar pemulung berusia ≥ 40 tahun yaitu sebanyak 64 responden (90,1%) dengan jumlah pemulung berjenis kelamin laki-laki sebanyak 36 responden (50,7%) dan jumlah pemulung berjenis kelamin perempuan sebanyak 35 responden (49,3%). Mayoritas tingkat pendidikan terakhir pemulung adalah tidak sekolah sebanyak 29 responden (40,8%) dan sekolah dasar sebanyak 30 responden (42,3%). Sedangkan mayoritas masa kerja pemulung di TPA Blondo adalah > 5 tahun yaitu sebanyak 46 responden (64,8%).
2. Sebagian besar pemulung memiliki status gizi normal ($\geq 18.5 - < 24.9$) yaitu sebanyak 49 responden (69%). Sedangkan pemulung yang memiliki status gizi kurus sebanyak 12 responden (16,9%), status gizi dengan berat badan berlebih sebanyak 5 responden (7%), dan status gizi obesitas sebanyak 5 responden (7%)
3. Sebagian besar pemulung di TPA Blondo Kabupaten Semarang memiliki kadar hemoglobin normal yaitu sebanyak 52 responden (73,2%). Sedangkan pemulung yang memiliki kadar hemoglobin tidak normal sebanyak 19 responden (26,8%)
4. Sebagian besar pemulung mengalami tingkat kelelahan kerja rendah yaitu sebanyak 30 responden (42,3%), tingkat kelelahan kerja sedang sebanyak 26 responden (36,6%), tingkat kelelahan kerja tinggi sebanyak 15 responden (21,1%), dan tidak ada pemulung yang mengalami tingkat kelelahan sangat tinggi

5. Hasil pengujian pada variabel status gizi dengan kelelahan kerja menggunakan perhitungan korelasi *rank Spearman* didapatkan hasil nilai *p-value* atau sig. Sebesar 0,002 apabila dibandingkan dengan nilai α maka nilai $p < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan kelelahan kerja pada pemulung di TPA Blondo Kabupaten Semarang.
6. Hasil pengujian pada variabel kadar hemoglobin dengan kelelahan kerja menggunakan perhitungan korelasi *rank Spearman* didapatkan hasil nilai *p-value* atau sig. Sebesar 0,000 apabila dibandingkan dengan nilai α maka nilai $p < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kadar hemoglobin dengan kelelahan kerja pada pemulung di TPA Blondo Kabupaten Semarang.

B. Saran

1. Penelitian selanjutnya untuk pengukuran hemoglobin dapat menggunakan metode Hb Sahli yang dilakukan di laboratorium agar hasil kadar hemoglobin lebih valid. Sedangkan pengukuran kelelahan kerja dapat dilakukan secara objektif menggunakan alat ukur seperti *reaction timer* atau *flicker fuccion*.
2. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, untuk menjaga kesehatan kerjanya diharapkan para pemulung dapat menjaga asupan makanan yang masuk ke dalam tubuh dengan memperbanyak mengkonsumsi makanan yang bersumber dari pangan hewani dan meningkatkan asupan zat besi baik dari makanan.
3. Diharapkan pihak TPA dapat sesekali melakukan penyuluhan tentang kesehatan untuk membangun niat dan kesadaran akan pentingnya pola makan dan kepatuhan dalam cek kesehatan secara berkala yang diselenggarakan oleh pihak Puskesmas Bawen setiap satu bulan sekali.