

## KESIMPULAN

Berdasarkan temuan studi tersebut, dapat disimpulkan bahwa *presentase Cardiovascular Load (%CVL)* pada setiap shift berada dalam level tanpa kelelahan yaitu dengan hasil penelitian dari shift pagi dengan rata-rata *presentase %CVL* di Mixing adalah 29.08%, tanpa kelelahan; Top coat 27.96% tanpa kelelahan; Sanding ED 25.22% tanpa kelelahan; dan Repair 25.11% tanpa kelelahan. Untuk rata-rata *presentase %CVL* shift malam sebagai berikut: Mixing 30.12%, Top coat 29.65%, Sanding ED 27.90%, dan Repair 22.58%, semuanya menunjukkan klasifikasi tanpa kelelahan. Namun secara umum menunjukkan ketiadaan kelelahan, analisis individu mengungkapkan bahwa pekerja pada shift malam di divisi Mixing dan Top coat memiliki *presentase %CVL* yang lebih tinggi, menandakan perlunya peningkatan. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh penggunaan alat dan suhu tinggi di bagian Mixing dan juga pada bagian Top coat.

Di sisi lain, hasil perhitungan konsumsi energi menunjukkan bahwa semua bagian pekerjaan pada setiap shift memiliki konsumsi energi yang rendah hingga sangat rendah. Sehingga kesimpulan ini mengindikasikan bahwa pekerjaan yang dilakukan pada kedua shift tersebut tidak memerlukan banyak energi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

1. Saya ingin mengucapkan terima kasih kepada Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan berkah-Nya yang telah membimbing langkah-langkah saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Terima kasih kepada keluarga saya yang selalu memberikan dukungan moral dan doa dalam perjalanan studi ini.
3. Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pembimbing saya, Nana Rahdiana S.T., M.T. dan Sani Suhardiman S.PD., M.PD. yang telah memberikan arahan dan bimbingan yang luar biasa selama proses penulisan skripsi ini.
4. Saya juga ingin mengucapkan terima kasih kepada dosen-dosen kami, yang telah memberikan saran-saran yang sangat berharga dalam mengembangkan skripsi ini.
5. Terima kasih kepada orangtua dan kakak yang telah memberikan dukungan dan doa dalam pembuatan skripsi ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Annisa, R. N., & Farihah, T. (2017). Analisa Beban Kerja Fisik sebagai Dasar Penentuan Waktu Istirahat yang Optimal (Studi Kasus di PT. X). *Integrated Lab Journal*, Vol 5(1), 1–12.
- 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. <http://ejournal.uin-suska.ac.id/index.php/sitekin/article/view/1735>
- Fithri, P., & Anisa, W. F. (2017). Pengukuran Beban Kerja Psikologis dan Fisiologis Pekerja di Industri Tekstil. *Jurnal Optimasi Sistem Industri*, 16(2), 120. <https://doi.org/10.25077/josi.v16.n2.p120-130.2017>
- Hasan, H. M., Komara, C. P., Putro, W. G., & Melizsa, M. (2022). Hubungan Antara Beban Kerja Dengan Kelelahan Kerja Pada Pekerja Bagian Produksi

- Di Pt. Tri Teguh Manunggal Sejati Kota Tangerang. *Journal of Health Research Science*, 2(01), 1–8. <https://doi.org/10.34305/jhrs.v2i1.478>
- Herdianti, H., Maryana, T., & Supriatna, S. (2019). Hubungan Beban Kerja dan Peran Ganda dengan Kelelahan Kerja Pengrajin Batik. *Jurnal Endurance*, 4(3), 563. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i3.3120>
- Hidayat, W., Ristyowati, T., & Putro, G. M. (2020). Analisis Beban Kerja Fisiologis sebagai Dasar Penentuan Waktu Istirahat untuk Mengurangi Kelelahan Kerja. *OPSI*, 13(1), 62. <https://doi.org/10.31315/opsi.v13i1.3469>
- Irlana, S. F. (2020). Analisa Beban Kerja dan Penentuan Tenaga Kerja Optimal dengan Metode Workload Analysis (WLA) di PT. Bintang Mas Glassolutions, Bedali, Lawang, Malang Jawa Timur-Indonesia. *Jurnal Mahasiswa Teknik Industri*, 3(2), 166–170. <https://ejournal.itn.ac.id/index.php/valtech/article/view/2746>
- Mutia, M. (2014). Pengukuran Beban Kerja Fisiologis Dan Psikologi Pada Operator Pemetikan Teh Dan Operator Produksi Teh Hijau Di PT Mitra Kerinci. *Jurnal Optimasi Sistem Industri* vol.13 No.1, 503-517.
- Oktavia & Ratih, R. S. (2021). *Pengukuran Beban Kerja Fisik Dan Tingkat Kelelahan Karyawan Pt. Xyz Menggunakan Metode Cvl Dan Ifrc*.
- Purbasari, A., & Purnomo, A. J. (2019). Penilaian Beban Fisik Pada Proses Assembly Manual Menggunakan Metode Fisiologis. *Sigma Teknika*, 2(1), 123. <https://doi.org/10.33373/sigma.v2i1.1957>
- Putri, N. T., Zadry, H. R., Mahata, M. E., Amrina, E., Yuliandra, B., & Humaida, N. (2020). Ergonomics Evaluation of Manual Material Handling Activities in the Section of Feeding Laying Hens at Poultry Farm. *IOP Conference Series: Materials Science and Engineering*, 1003(1). <https://doi.org/10.1088/1757-899X/1003/1/012074>
- Ramadhan., *et.al* (2023). Kebutuhan Kalori Dan Penentuan Waktu Istirahat Menggunakan Pendekatan Fisiologis Pada Proses Produksi Di Cv. Rifky Arafah. *Jurnal Ilmiah Teknik dan Manajemen Industri Jurnal Taguchi*, Vol 3(2). <https://doi.org/10.46306/tgc.v3i2>
- Ruslani, L. & Nurfajriah. (2015). Analisa Beban Kerja Fisiologi dan Psikologi Karyawan Pembuatan Baju di PT Jaba Garmindo Majalengka. *Bina Teknika* volume 11 nomor 2, 114-123.
- Susanti, E., Sugianto, W., & Azharman, Z. (2018). *Analisis Konsumsi Energi Kerja Karyawan Ketika Melakukan Olahraga Tenis : Studi Kasus Karyawan Pt. Aker Solution Batam* (Vol. 3, Issue 2).n
- Widhiarso, W., & Ernawati, R. (2022). Analisis Beban Kerja Pada Proses Perakitan Timbangan. *Industri Inovatif: Jurnal Teknik Industri*, 12(2), 109–116. <https://doi.org/10.36040/industri.v12i2.4416>
- Yanto & Ngaliman, B. (2017). ERGONOMI Dasar-Dasar Studi Waktu dan Gerakan Untuk Analisis dan Perbaikan Sistem Kerja. *Jakarta: Andi*.
- Zaky, M., Universitas, M., Nasional, P., Veteran, ", Jawa, ", & Rusindiyanto, T. (n.d.). Analisis Beban Kerja Fisik Dan Mental Terhadap Rider Grab Menggunakan Metode Cardiovascular Load (CVL) Dan Subjective Workload Assesment Technique (SWAT) (Studi Kasus: Rider Grab Domisili Kelurahan Balas Klumprik Kecamatan Wiyung). *Jurnal Ilmiah Dan Karya Mahasiswa*, 1, 213–228. <https://doi.org/10.54066/jikma-itb.v1i3.328>