

V. SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

1. Rata-rata kadar gula darah pekerja *shift* adalah 95,07mg/dl.
2. Rata-rata kadar gula darah pekerja non *shift* adalah 84,30mg/dl.
3. Terdapat Perbedaan yang bermakna antara kadar gula darah puasa pekerja *shift* dan *non-shift* di Universitas Lampung.

B. Saran

1. Bagi peneliti lain, perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mencari dampak lain *shift* kerja.
2. Bagi Instansi yang mempekerjakan pekerja dengan sistem *shift*, diharapkan lebih memperhatikan kesehatan pekerja dengan melakukan screning kesehatan dan menerapkan strategi-strategi yang dapat mengurangi dampak negatif *shift* kerja.
3. Bagi pemerintah, agar dapat memberikan kebijakan yang dapat melindungi pekerja dari dampak negatif kerja *shift*.