

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, adapun kesimpulan yang dapat diambil yaitu sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil penelitian pengaruh beban kerja terhadap tingkat kelelahan karyawan toko surya baru Surabaya, diperoleh nilai %CVL shift 1 tertinggi sebesar 23,96% dan %CVL terendah sebesar 15,74% untuk shift 2 tertinggi sebesar 38,32% dan %CVL terendah sebesar 17,21% di dapatkan klasifikasi pengaruh beban kerja tertinggi dirasakan yaitu shift 2 dibanding shift 1.
2. Hasil uji independet sample t test di dapatkan nilai signifikan (2 tailed) sebesar 0,01. Artinya, Jika nilai Sig. (2 tailed) < 0,05 maka H₀ ditolak H_a diterima, maka ada perbedaan rata-rata dalam tingkat kelelahan shift kerja pada karyawan toko surya baru Surabaya. Sedangkan secara rumus manual di dapatkan nilai 4,125 yang artinya jika nilai t hitung > t tabel maka signifikan, dan 4125 > 3895 dapat disimpulkan data tersebut signifikan dengan adanya perbedaan signifikan pada shift 1 dan 2.
3. Rekomendasi dalam mengurangi kelelahan kerja karyawan di toko surya baru Surabaya, yaitu memberikan mengatur jadwal istirahat bagi pekerja setelah melakukan aktivitas bekerja, seperti penambahan waktu istirahat atau menyisipkan istirahat pendek saat bekerja sehingga pekerja memiliki waktu untuk memulihkan diri dan menghindari tingkat kelelahan yang berlebih, menambah ventilasi udara, seperti kipas angin untuk mengurangi suhu ruangan

saat kondisi panas, dan dilakukan edukasi terkait dampak kelelahan kerja yang berlebih.

5.2 Saran

1. Sebaiknya pihak toko lebih memperhatikan keselamatan dan kesehatan kerja karyawan ketika melakukan suatu pekerjaan.
2. Pihak toko sebaiknya membiasakan diri untuk melakukan peregangan otot seperti menggerakkan kepala, tangan, dan kaki disela-sela pekerjaan ataupun saat istirahat, dengan tujuan supaya tubuh tidak terlalu lama dalam keadaan statis yang dapat mengakibatkan tenaga kerja menjadi cepat lelah.
3. Saran kepada peneliti lain atau peneliti selanjutnya yaitu diharapkan dapat melakukan penelitian sejenis namun dengan menambahkan variabel lain yang juga dapat mempengaruhi tingkat produktivitas kerja..