

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil uji analisis faktor diperoleh sebuah kesimpulan bahwa ada hubungan yang signifikan antara faktor (keadaan monoton yang bersifat diulang-ulang dan rutinitas dan hanya kadang-kadang saja memerlukan perhatian, beban pekerjaan baik beban fisik maupun mental, keadaan lingkungan seperti cuaca kerja, penerangan dan kebisingan, keadaan kejiwaan seperti tanggung jawab, kekhawatiran atau konflik, penyakit atau perasaan sakit) dengan kelelahan kerja.

Faktor yang paling banyak memberikan kontribusi terhadap terjadinya kelelahan kerja adalah faktor beban fisik dari aspek beban pekerjaan. Dan berikutnya adalah dari aspek keadaan lingkungan yaitu faktor penerangan dan cuaca kerja.

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka saran yang dapat diberikan oleh peneliti adalah:

##### **1. Bagi Karyawan**

Bagi karyawan hendaknya selalu membiasakan untuk berolah raga dan lebih menjaga kesehatan agar dapat mengurangi kelelahan kerja dan karyawan dapat bekerja lebih optimal.

## **2. Bagi Perusahaan**

Bagi perusahaan hendaknya melakukan evaluasi kembali keluhan-keluhan dari tenaga kerja dan mencari solusi yang lebih tepat.

## **3. Bagi Kepentingan Ilmiah dan Peneliti Lainnya**

Bagi peneliti lain yang hendak melakukan penelitian serupa, disarankan dalam penelitian selanjutnya dapat menambahkan variabel lain, sehingga hasil penelitian dapat digeneralisasikan secara luas. Pada penelitian selanjutnya diharapkan melakukan penelitian yang lebih mendalam dengan memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi kelelahan lainnya. Begitu pula dengan populasi dan sampel penelitian yang dapat ditambah jumlahnya sehingga generalisasi hasil penelitian lebih dapat diterima.