

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang positif antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada sopir bus Trans Jogja. Diperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar 0,625 ($p < 0,010$). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara beban kerja dengan kelelahan kerja sopir bus Trans Jogja. Semakin tinggi beban kerja pada sopir bus Trans Jogja maka semakin tinggi kelelahan kerja pada sopir bus Trans Jogja, sebaliknya semakin rendah beban kerja pada sopir bus Trans Jogja maka semakin rendah kelelahan kerja pada sopir bus Trans Jogja. Ketika pekerja diberikan pekerjaan tidak sesuai dengan waktu pengerjaan maka akan cenderung menimbulkan kelelahan dalam bekerja, sebaliknya saat pekerja diberikan pekerjaan sesuai dengan waktu pengerjaannya maka pekerja merasa mampu menyelesaikan pekerjaan tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis ada hubungan positif antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada sopir bus Trans Jogja pada penelitian ini diterima. Hasil kategorisasi dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar sopir bus Trans Jogja memiliki beban kerja yang rendah dan kelelahan kerja yang rendah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut :

1. Bagi subjek

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menyarankan agar subjek dapat mengubah persepsi bahwa bekerja merupakan suatu hal yang menyenangkan dan menggunakan waktu kerja dan istirahat sebaik mungkin.

2. Bagi perusahaan

Bagi perusahaan, peneliti menyarankan agar perusahaan memberikan persepsi positif kepada subjek bahwa bekerja merupakan hal yang menyenangkan, menyediakan fasilitas kesehatan dan memberikan waktu istirahat yang lebih banyak.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik untuk meneliti kelelahan kerja dapat menggunakan teori dan faktor-faktor lainnya yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Mengingat kontribusi beban kerja sebesar 39% artinya terdapat 61% sisanya berhubungan dengan factor-faktor selain beban kerja yang tidak diteliti dalam penelitian ini.