

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Kebosanan kerja merupakan kelelahan psikologis atau reaksi psikologis yang bersifat negatif, reaksi ini biasa muncul dari ketidaknyamanan kerja dan tugas rutin karyawan. Karyawan dengan pekerjaan monoton cenderung mengalami kebosanan kerja, dalam hal ini salah satunya adalah karyawan kantor. Pada mulanya karyawan merasa bosan, akan tetapi jika tidak segera diatasi dapat menyebabkan kelelahan kerja yang berdampak pada produktivitas kerja. Oleh karena itu diperlukan cara untuk mengurangi kebosanan kerja karyawan. Untuk mengatasi masalah kebosanan kerja, beberapa perusahaan melakukan family gathering, rotasi jabatan dan mendesain ulang lingkungan fisik kerja. Sementara itu, perusahaan lain menggunakan cara lain untuk mengurangi kebosanan kerja karyawan dengan menggunakan musik pengiring kerja. Dalam hal ini peneliti menggunakan smooth jazz untuk mengurangi kebosanan kerja karyawan kantor.

Berdasarkan hasil analisis menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks* dan pembahasan mengenai “efektivitas smooth jazz terhadap penurunan kebosanan kerja karyawan kantor” dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kebosanan kerja karyawan sebelum dan setelah mendengarkan smooth jazz pada saat bekerja, karyawan yang telah mendengarkan smooth jazz pada saat bekerja mengalami penurunan kebosanan kerja.

B. Saran

1. Saran untuk Peneliti Selanjutnya

- a. Subjek penelitian ini adalah karyawan kantor PT. Geo Indo Asia, pada penelitian selanjutnya diharapkan subjek penelitian mencakup lebih banyak perusahaan sehingga generalisasi yang dilakukan dapat lebih luas.
- b. Pengambilan subjek dalam penelitian ini tidak melalui random sehingga analisis yang digunakan menggunakan analisis non parametrik. Pada penelitian selanjutnya diharapkan pengambilan subjek dilakukan dengan cara random namun masih memenuhi kriteria subjek yang ditentukan agar dapat menggunakan analisis parametrik dan hasil penelitian dapat digeneralisasikan pada populasi.
- c. Dalam penelitian ini tidak ada kelompok kontrol untuk membandingkan hasil analisis kebosanan kerja dikarenakan tidak memungkinkan membuat ruang kedap suara sehingga subjek tidak bisa dibagi menjadi Kelompok kspirimen dan Kelompok Kontrol. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan menggunakan 2 kelompok agar hasil penelitian dapat dibandingkan antara subjek yang diberi perlakuan dan tidak diberi perlakuan.
- d. Dalam penelitian ini menggunakan jenis musik *smooth jazz* dengan lagu barat. Pada penelitian selanjutnya diharapkan menggunakan jenis musik yang lain untuk mengetahui jenis musik apa saja yang dapat menurunkan kebosanan kerja. Jenis musik yang disarankan yaitu musik dengan irama sedang, musik yang disesuaikan dengan kesukaan, atau *smooth jazz*.

dengan lagu Indonesia agar lebih bisa dinikmati oleh pendengarnya.

2. Saran untuk Perusahaan

Perlakuan mendengarkan *smooth jazz* efektif menurunkan kebosanan kerja karyawan kantor, sehingga *smooth jazz* dapat direkomendasikan sebagai salah satu upaya untuk menurunkan kebosanan kerja karyawan kantor.