

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan dari nilai uji hipotesis menggunakan korelasi spearman.

- a. Responden dalam penelitian ini memiliki umur termuda 20 tahun dan tertua 40 tahun, kemudian lama bekerja responden yang paling baru adalah 1 tahun dan yang paling lama adalah 14 tahun, dan status gizi responden yang paling rendah adalah nilai IMT 16,1 dengan kategori kurus dan yang paling tinggi dengan nilai IMT 27,7 dengan kategori gemuk
- b. Sebagian besar responden mengatakan mengalami beban kerja berat sebesar 59,2%
- c. Sebagian besar responden mengatakan mengalami kelelahan kerja sedang sebesar 41,8%
- d. Responden yang memiliki produktivitas kerja rendah sebesar 56 orang dan produktivitas kerja tinggi sebesar 42 orang. Hasil ini didapatkan dari lembar observasi penelitian produktivitas kerja
- e. Ada hubungan antara variabel independen yaitu kelelahan kerja dengan variabel dependen yaitu produktivitas kerja dengan nilai *p value* sebesar *p value* 0,009 yang berarti $<0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan nilai korelasi sebesar -0,263 yang berarti memiliki hubungan yang rendah dengan nilai yang negatif artinya jika kelelahan kerja berat maka produktivitas kerja akan rendah.
- f. Ada hubungan antara variabel independen yaitu beban kerja dengan variabel dependen yaitu produktivitas kerja dengan nilai *p value* 0,000 yang berarti $<0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan nilai korelasi sebesar -0,381 yang berarti memiliki hubungan yang rendah

dengan nilai yang negatif artinya jika beban kerja berat maka produktivitas kerja akan rendah.

- g. Masalah kelelahan kerja yang dihadapi porter adalah kurangnya jam istirahat yang mereka terima dan tempat untuk beristirahat yang tidak layak sehingga waktu yang mereka dapatkan untuk beristirahat tidak bisa dipergunakan secara maksimal.
- h. Masalah beban kerja yang dihadapi porter adalah beban kerja fisik yang mereka terima. Selain itu, jumlah porter juga tidak sebanding dengan pekerjaan yang ada.

V.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka penyusun memberikan beberapa saran. Adapun saran yang diajukan penulis yaitu sebagai berikut:

- a. Bagi porter agar memperhatikan kesehatannya dan memahami kapasitas beban kerja pada diri mereka sehingga dapat meningkatkan dan mempertahankan produktivitas kerja.
- b. Pada perusahaan dan instansi-instansi terkait perlu adanya kebijakan yang berkesinambungan dan juga konsisten dalam penerapannya untuk menjaga kebugaran jasmani karena hal tersebut akan berpengaruh pada ketahanan seorang karyawan saat mengalami kelelahan kerja. Kebijakan tersebut misalnya memberikan porter waktu istirahat yang cukup, memberikan tempat untuk beristirahat yang nyaman, dan pemeriksaan kesehatan yang rutin serta menambahkan jumlah porter demi terciptanya lingkungan kerja yang sehat, aman, dan nyaman.
- c. Bagi mahasiswa khususnya Kesehatan Masyarakat dapat melanjutkan penelitian serupa agar lebih dalam pembahasan mengenai kelelahan kerja dan beban kerja dengan produktivitas kerja pada porter.