

## BAB 5

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil berdasarkan penelitian ini sebagai berikut:

1. Dilihat dari hasil perhitungan beban kerja,  $t$  hitung memiliki nilai yang lebih rendah dibandingkan dengan  $t$  tabel:  $-0,048 < 1,705$ . Dengan nilai tersebut dapat disimpulkan bahwa beban kerja tidak memiliki pengaruh terhadap kinerja karyawan.
2. Dilihat dari hasil perhitungan tingkat burnout,  $t$  hitung memiliki nilai yang lebih rendah dibandingkan dengan  $t$  tabel:  $0,560 < 1,705$ . Dengan nilai tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat burnout tidak memiliki pengaruh terhadap kinerja karyawan.
3. Dilihat dari hasil perhitungan lingkungan kerja,  $t$  hitung memiliki nilai yang lebih tinggi dibandingkan dengan  $t$  tabel:  $7,024 > 1,705$ . Dengan nilai tersebut dapat disimpulkan bahwa lingkungan kerja memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kinerja karyawan.
4. Berdasarkan hasil perhitungan FTE, didapatkan bahwa semua bagian pekerjaan memiliki beban kerja fisik yang masuk ke dalam kategori *fit* yang pada *range* 1 – 1,28. Sedangkan berdasarkan hasil NASA-TLX diketahui bahwa sebanyak 21 pekerja mengalami beban kerja mental dalam golongan tinggi, sebanyak 8 pekerja mengalami beban mental kerja sedang, dan sebanyak 1 pekerja mengalami beban mental rendah. Dengan rata-rata beban kerja yang dominan adalah *Effort*, *Own Performance*, dan *Physical Demand*.

#### 5.2. Saran

Adapun saran yang dapat diberikan dari hasil penelitian ini sebagai berikut:

1. Mengadakan kegiatan tambahan diluar futsal dan senam untuk mengurangi tingkat kelelahan karena berlebihnya *effort* yang dikeluarkan oleh karyawan *service*, seperti mengadakan semacam *family gathering* dengan destinasi wisata yang dapat membuat tenang dan rileks.

2. Memberikan alat bantu berupa *tools* atau semacamnya untuk mendukung kesesuaian ergonomi pada saat bekerja sehingga karyawan *service* dapat lebih berkurang beban kerja fisik serta *effort* yang dikeluarkan
3. Memberikan sebuah *reward* bagi karyawan yang menyelesaikan tugasnya dengan baik dan benar serta tepat waktu berupa bonus baik secara material atau barang untuk dapat menambah motivasi kerja dari karyawan *service*