

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian mengenai Perbedaan Beban Kerja dan Kelelahan Kerja Pada Pekerja *Shift* Pagi dan *Shift* Malam Unit *Packing Plant* 3 PT. ITP, Bogor Tahun 2019 maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

- a. Pekerja *packer shift* pagi memiliki beban kerja yang lebih ringan dibandingkan *packer shift* malam.
- b. Pekerja *transporter shift* pagi memiliki beban kerja yang lebih ringan dibandingkan *transporter shift* malam.
- c. Pekerja *packer shift* malam mengalami kelelahan kerja yang lebih berat dibandingkan dengan *packer shift* pagi.
- d. Pekerja *transporter shift* malam mengalami kelelahan kerja yang lebih berat dibandingkan dengan *transporter shift* pagi.
- e. Berdasarkan hasil analisis, tidak terdapat perbedaan beban kerja yang signifikan antara *packer shift* pagi dan *packer shift* malam unit *packing plant* 3 PT. ITP.
- f. Berdasarkan hasil analisis, tidak terdapat perbedaan beban kerja yang signifikan antara *transporter shift* pagi dan *transporter shift* malam unit *packing plant* 3 PT. ITP.
- g. Berdasarkan hasil analisis, terdapat perbedaan kelelahan kerja yang signifikan antara *packer shift* pagi dan *packer shift* malam unit *packing plant* 3 PT. ITP.
- h. Berdasarkan hasil analisis, terdapat perbedaan kelelahan kerja yang sangat signifikan antara *transporter shift* pagi dan *transporter shift* malam unit *packing plant* 3 PT. ITP.

V.2 Saran

Saran yang dapat diajukan kepada unit *packing plant* 3 PT. ITP untuk mengendalikan kelelahan kerja yaitu :

a. Terhadap Pekerja

Pekerja disarankan untuk melakukan *stretching* sebelum melakukan pekerjaan atau disela-sela pekerjaan dan juga disarankan agar pekerja sarapan terlebih dahulu agar stamina dan konsentrasi pekerja tetap terjaga untuk melakukan pekerjaan dengan baik.

b. Terhadap Perusahaan

Saran yang dapat diberikan :

- 1) Untuk meningkatkan motivasi kerja pekerja maka perusahaan dapat memberikan *reward* kepada pekerja atas pencapaian yang telah dilakukan
- 2) Diharapkan perusahaan dapat memperhatikan waktu istirahat pekerja dengan memberikan jadwal istirahat yang tepat kepada pekerja
- 3) Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar *Safety Departement* dalam melakukan perencanaan kegiatan penilaian stress kerja terhadap seluruh karyawan PT. ITP.