

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang sudah dilakukan terhadap karyawan di bagian produksi biskuit PT. Siantar Top Tbk, maka dapat ditarik kesimpulan yaitu:

1. Shift kerja pada PT. Siantar Top Tbk terdiri atas shift pagi di jam 08.00-16.00 wib, shift sore di jam 16.00-24.00 wib, dan shift malam di jam 24.00-08.00 wib.
2. Adapun kelelahan yang dirasakan karyawan memiliki tingkat yang berbeda-beda. Shift pagi sebanyak 5 karyawan (38,5%) merasakan kelelahan pada tingkat rendah dan 8 karyawan (61,5%) merasakan kelelahan pada tingkat sedang. Pada shift sore 5 karyawan (38,5%) merasakan kelelahan pada tingkat rendah dan 8 karyawan (61,5%) merasakan kelelahan pada tingkat sedang. Shift malam 6 karyawan (50,0%) merasakan kelelahan pada tingkat sedang dan 6 karyawan (50,0%) mengalami kelelahan pada tingkat tinggi.
3. Berdasarkan uji statistik yaitu uji *rank spearman* didapatkan $p = 0,000$ yang berarti ($p < 0,05$) yang artinya adanya hubungan shift kerja terhadap kelelahan kerja.

5.2 Saran

1. Bagi perusahaan agar melakukan general chek up kepada karyawan.
2. Bagi karyawan di bagian produksi biskuit PT. Siantar Top Tbk agar lebih memperhatikan maupun menggunakan waktu istirahat sebaik mungkin

yang telah diberikan pihak perusahaan agar dapat meminimalisir kelelahan kerja yang dirasakan.

3. Untuk peneliti berikutnya diharapkan untuk meneliti lebih dalam lagi dengan menggunakan variabel berbeda.

