

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian diatas maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil penelitian menemukan beban kerja pada pemanen kelapa sawit di Desa Sidorukun Dusun 6 Kecamatan Pangkatan dengan kategori ringan yakni sebanyak 20 orang (50%), dan kategori berat sebanyak 20 orang (50%).
2. kelelahan kerja pada pemanen kelapa sawit di Desa Sidorukun Dusun 6 Kecamatan Pangkatan dengan kategori tidak lelah sebanyak 18 orang (45%), dan dengan kategori lelah sebanyak 22 orang (55%).
3. Adanya hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja pada pemanen kelapa sawit di Desa Sidorukun Dusun 6 Kecamatan Pangkatan dengan  $p = 0,026$  yang artinya memiliki hubungan antara beban kerja dengan kelelahan kerja.
4. Didalam perspektif islam, allah telah memberikan solusi di setiap rasa lelah yang diakibat kan bekerja saat terang. Dan allah meciptakan malam hari ini untuk para hambanya beristirahat, agar hilang rasa lelah tersebut dan supaya manusia dapat mengembalikan daya dan kekuatan untuk melangsungkan pekerjaan pada keesokan harinya lagi.

## 5.2 Saran

1. Diharapkan kepada pemanen kelapa sawit agar kiranya tidak bekerja lebih dari 8 jam sesuai dengan ketentuan yang berlaku, memperhatikan cara kerja seperti pekerjaan yang memerlukan gerakan berulang, dan memperhatikan beban kerjanya agar tidak terjadinya kelelahan yang berlebihan bagi para pemanen kelapa sawit.
2. Bagi peneliti selanjutnya, perlu adanya penelitian lebih dalam mengenai hubungan beban kerja fisik dengan kelelahan kerja, dan peneliti selanjutnya agar memperhatikan tinggi pohon kelapa sawit, karena tinggi rendahnya pohon kelapa sawit mempengaruhi denyut nadi pekerja yang berbeda-beda.

