

BAB 5

KESIMPULAN DAN IMPLIKASI

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh stres kerja terhadap produktivitas kerja karyawan di Depo Lokomotif Medan, dapat diambil suatu kesimpulan yaitu:

1. Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan teknik Regresi Linier Sederhana dapat disimpulkan bahwa secara statistik terdapat pengaruh stres kerja dengan kelelahan kerja.
2. Kelelahan kerja karyawan Depo Lokomotif Medan memiliki nilai p value lebih kecil dari 0,05 yang artinya variabel X berpengaruh terhadap variabel Y. Sehingga H_0 ditolak. Dan H_a diterima.
3. Frekuensi pekerja yang memiliki stress kerja sedang dan kelelahan kerja tinggi sebanyak 2 pekerja (3,2%), dan pekerja yang memiliki stress kerja sedang dan kelelahan kerja sangat tinggi sebanyak 1 pekerja (1,6%). Pekerja yang memiliki stress kerja berat dan memiliki kelelahan kerja tinggi sebanyak 9 pekerja (14,5%). Sementara pekerja yang memiliki stress kerja sangat berat dan tingkat kelelahan sedang sebanyak 3 pekerja (4,8%), dan pekerja yang memiliki stres kerja sangat berat dan tingkat kelelahan tinggi sebanyak 47 pekerja (75,8%).

5.2 Saran

1. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi pembelajaran baik bagi semua pembaca dan khususnya karyawan Depo Lokomotif

Medan dan Program Studi Kesehatan Masyarakat UINSU Medan untuk dikembangkan secara ilmiah sehingga bermanfaat bagi ilmu pengetahuan.

2. Dilakukan sosialisasi mengenai penyebab stres dan kelelahan kerja pada karyawan Depo Lokomotif Medan.
3. Depo Lokomotif Medan disarankan untuk memperhatikan jam kerja karyawan. walaupun sudah ada kesepakatan bersama, namun harus tetap mempertimbangkan dari berbagai aspek contohnya dari segi kelelahan dan keselamatan kerja
4. Peneliti yang akan melakukan penelitian mengenai stres dan kelelahan kerja disarankan untuk meneliti dan mencari referensi lebih dalam mengenai variabel stres kerja dan juga variabel kelelahan kerja.

