

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan data yang didapatkan dan hasil analisis yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa :

- 5.1.1 Motivasi kerja memiliki pengaruh yang bersifat negatif terhadap kelelahan kerja karyawan UPT Balai Yasa Yogyakarta di bagian produksi, hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi motivasi kerja yang dimiliki oleh karyawan, maka akan semakin rendah kelelahan kerja yang dirasakan oleh karyawan tersebut, dan sebaliknya.
- 5.1.2 Beban kerja memiliki pengaruh positif terhadap kelelahan kerja karyawan UPT Balai Yasa Yogyakarta di bagian produksi, hal ini dapat diartikan bahwa semakin tinggi beban kerja yang dirasakan karyawan, maka kelelahan kerja yang dialami akan semakin meningkat pula, begitupun sebaliknya.
- 5.1.3 Terdapat hubungan antara motivasi kerja dan beban kerja terhadap kelelahan kerja karyawan UPT Balai Yasa Yogyakarta di bagian produksi, hal ini dapat diartikan bahwa semakin rendah motivasi yang dimiliki karyawan, dan semakin tinggi beban kerja yang dialami, maka kelelahan kerja yang dialami karyawan akan semakin meningkat, begitupun sebaliknya.

5.2 Saran

Peneliti memahami, bahwa selama proses penelitian ini memiliki banyak kekurangan didalamnya. Oleh karena itu, peneliti memberikan beberapa saran yang diharapkan agar penelitian selanjutnya dapat lebih baik lagi.

5.2.1 Bagi UPT Balai Yasa Yogyakarta

- a. UPT Balai Yasa Yogyakarta hendaknya lebih memperhatikan kondisi psikologis karyawan dengan memberikan jam istirahat yang cukup serta memastikan kondisi karyawan fit saat akan melakukan pekerjaan.
- b. UPT Balai Yasa Yogyakarta juga hendaknya memberikan dukungan dan motivasi kepada karyawannya agar dapat lebih giat dalam menjalankan pekerjaan.

5.2.2 Bagi Karyawan UPT Balai Yasa Yogyakarta

- a. Karyawan UPT Balai Yasa Yogyakarta dapat lebih meningkatkan motivasi dan semangat kerja, hal ini dilakukan guna untuk menjaga fokus kerja agar terhindar dari resiko terjadinya kelelahan kerja pada karyawan.
- b. Karyawan juga harus mampu menagani beban kerja yang diberikan, dan menyelesaikan tugas yang diberikan, agar tidak terjadi kelelahan akibat kerja. Perlunya istirahat yang cukup setiap liburan untuk menghindari ketegangan, dan faktor pemicu terjadinya kelelahan kerja lainnya.

5.2.3 Bagi Penelitian Selanjutnya

- a. Bagi penelitian selanjutnya, hendaknya mampu lebih memperdalam dan memperluas ruang lingkup penelitian, mengingat pada penelitian ini belum cukup menggambarkan kondisi kelelahan kerja yang dialami oleh karyawan UPT Balai Yasa Yogyakarta.
- b. Dalam proses pengumpulan data, penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan menggunakan skala selain milik Zuraida dan Chie (2014), Pamungkas (2015), dan skala milik Alfandara (2019). Hal ini dilakukan agar data yang diperoleh menjadi lebih beragam.