

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Kesimpulan yang dapat ditarik dari penelitian pada perusahaan CV. Fawwas Jaya Mandiri yang bergerak dalam dalam ruang lingkup jasa kontraktor perkebunan serta penyediaan rental alat berat untuk mendukung kebutuhan di sector perkebunan diperoleh kesimpulan yang sesuai dengan analisis uji korelasi yaitu ada hubungan jam kerja dengan kelelahan yang dialami oleh karyawan CV. Fawwas Jaya Mandiri

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil peneliitian CV. Fawwas Jaya Mandiri tentang hubngan tingkat kelelahan dengan jam kerja memiliki saran yaitu:

1. Agar karyawan menggunakan dan memanfaatkan istirahat dengan waktu yang seoptimal mungkin oleh perusahaan dengan baik dan memanfaatkan waktu pada malam hari untuk tidur di bawah jam 22:00 agar waktu istirahat lebih dari 8 jam perhari pada waktu malam.
2. Untuk penelitin selanjutnya jika melakuka penelitian yang sama diharapkan menggunakan variable yang berbeda yang terdapat hubungan dengan kelelahan