

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pengumpulan, pengolahan dan hasil analisis data dapat disimpulkan sebagai berikut.

1. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan NASA-TLX diperoleh bahwa mahasiswa yang merasakan beban kerja mental sangat rendah sebanyak 11 orang atau sekitar 4%, beban kerja mental rendah sebanyak 18 orang atau sekitar 6%, beban kerja mental sedang sebanyak 80 orang atau sekitar 38%, beban kerja mental tinggi sebanyak 139 orang atau sekitar 48% dan beban kerja mental sangat tinggi sebanyak 42 orang atau sekitar 14%. Sedangkan dosen yang merasakan beban kerja mental rendah sebanyak 1 orang atau sekitar 7%, beban kerja mental sedang sebanyak 4 orang atau sekitar 27%, beban kerja mental tinggi 8 orang atau sekitar 53% dan beban kerja mental sangat tinggi sebanyak 2 orang atau sekitar 13%.
2. Dari hasil pengujian statistik dengan uji *Mann-Whitney* didapatkan nilai sig sebesar 0,675 dimana nilai sig  $0,675 > 0,05$  yang artinya  $H_0$  diterima atau tidak terdapat perbedaan beban kerja mental antara mahasiswa dengan dosen

#### 5.2 Saran

Saran yang dapat diberikan berdasarkan penelitian ini yaitu pada penelitian selanjutnya dapat mengembangkan penelitian menggunakan metode yang lebih inovatif.