

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data yang dilakukan dalam penelitian, didapatkan beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil pengolahan data dengan metode NASA-TLX menunjukkan bahwa sebanyak 6 (53,8%) orang dari 13 orang pekerja di Kerupuk Kulit Aphe Karawang yang merasakan beban kerja pada kategori sangat tinggi. Sementara sisanya mengalami beban kerja pada kategori Tinggi. Adapun jenis-jenis beban kerja yang dialami oleh pekerja meliputi kebutuhan mental (*mental demand*), kebutuhan fisik (*physical demand*), kebutuhan waktu (*temporal demand*), kinerja (*performance*), tingkat usaha (*effort*), dan tingkat frustasi (*frustration level*). Tingkat usaha (*effort*) adalah jenis beban kerja yang paling dominan dirasakan oleh pekerja Kerupuk Kulit Aphe Karawang karena nilai pembobotannya paling banyak.
2. Untuk mengatasi beban kerja yang berlebihan, penting bagi manajemen untuk melakukan evaluasi pengaturan tugas, menerapkan manajemen waktu yang lebih fleksibel, serta menetapkan target yang realistik dan terukur. Dengan pendekatan ini, perusahaan dapat meningkatkan kesejahteraan pekerja dan produktivitas secara keseluruhan. Selain itu, manajemen juga perlu mempertimbangkan pelatihan dan pengembangan keterampilan karyawan untuk meningkatkan efisiensi kerja. Dengan pendekatan ini, perusahaan dapat meningkatkan kesejahteraan pekerja dan produktivitas secara keseluruhan, sekaligus mengurangi risiko burnout dan turn-over karyawan.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa rekomendasi saran relevan, yaitu sebagai berikut:

1. Pihak manajemen Kerupuk Kulit Aphe sebaiknya lebih mendengarkan keluhan pekerjanya mengenai beban kerja yang dialaminya, kemudian menyesuaikan porsi kerja yang dapat mengoptimalkan hasil produksi

namun tidak membebani pekerja.

2. Pihak manajemen Kerupuk Kulit Aphe sebaiknya untuk melakukan evaluasi pengaturan tugas, menerapkan manajemen waktu yang lebih fleksibel, serta menetapkan target yang realistik dan terukur.

