

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil dari uji korelasi menunjukkan adanya hubungan antara kelelahan kerja dengan stress pada pengemudi ojek *online* di Kota Bekasi. Hubungan kedua variabel berkorelasi positif dengan kekuatan korelasi yang dinilai kuat.
2. Nilai korelasi dalam penelitian ini adalah positif, hal ini menandakan semakin tinggi kelelahan kerja yang dialami pengemudi ojek *online* maka akan diiringi pula dengan tingginya stress. Begitu pula sebaliknya, semakin tinggi stress, maka akan semakin tinggi pula kelelahan kerja.
3. Kekuatan korelasi yang didapat dari penelitian ini tergolong kuat, artinya kelelahan kerja merupakan salah satu faktor yang menimbulkan adanya stress.
4. Kategori pada kedua variabel ada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pengemudi ojek *online* di Kota Bekasi mengalami kelelahan kerja dan stress dalam taraf yang cukup serius.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

5.2.1 Saran Praktis

1. Hasil penelitian ini dapat digunakan pengemudi ojek *online* tentang kondisi pengemudi yang bekerja di lapangan terutama dalam hal kelelahan kerja dan pengaruhnya terhadap

stress, sehingga dapat mengontrol diri dan tidak bekerja terlalu berlebihan untuk menjaga kesehatan tetap terjaga.

2. Diharapkan bagi pengemudi yang merasakan kelelahan kerja maupun stress agar secepatnya untuk mampu mengelola rasa lelah dan stress baik dengan melakukan *coping* stress ataupun menemui ahli profesional.

5.2.2 Saran Teoritis

1. Untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas subjek penelitian dan lokasi yang berbeda dari penelitian selanjutnya.
2. Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penyebaran kuesioner secara *offline* dikarenakan banyaknya pengemudi ojek *online* yang kurang percaya tentang keamanan link *Google Form* yang diterima.

