

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang sudah dilakukan, sehingga dapat ditarik kesimpulan berdasarkan rumusan masalah yang sudah ditentukan. Maka berikut merupakan kesimpulan yang dapat diambil:

1. Tingkat beban kerja mental yang dialami para delapan pekerja divisi *QC Fabric* berdasarkan penilaian beban kerja mental dengan metode NASA – TLX adalah hasil skor atau rata – rata WWL dari karyawan SO sebesar 76, YE sebesar 78, ES sebesar 76, BU sebesar 81, AN sebesar 80,7, AW sebesar 82,3, SU sebesar 82, dan IM sebesar 81,7. Sehingga berdasarkan penilai beban kerja mental dengan metode NASA – TLX yang memiliki kategori tinggi ialah SO, YE, dan ES, sementara dengan kategori sangat tinggi ialah BU, AN, AW, SU, dan IM. Untuk usulan mengurangi beban mental yaitu dengan faktor utamanya yaitu tidak adanya hubungan yang baik dengan atasan yaitu dengan cara elatihan kepemimpinan, proses komunikasi yang lebih baik, penyelesaian isu internal secara langsung dengan diskusi terbuka dan kolaborasi untuk mencari solusi, penerapan apresiasi dan kepercayaan. Sementara sikap menunda pekerjaan atau tidak disiplin waktu (prokrastinasi) yaitu dengan cara pelatihan manajemen waktu dan cara mengatasi prokrastinasi, menawarkan dukungan konseling untuk mengelola stres dan meningkatkan motivasi, penetapan target realistis serta menyediakan bantuan dalam perencanaan tugas, menciptakan lingkungan kerja yang mendukung.
2. Berdasarkan perhitungan FTE yang sudah dilakukan pada delapan tenaga kerja mendapatkan hasil dimana pengambilan sampel kain nilai FTE nya sebesar 0,728 pada satu orang tenaga kerja dan berkategori *underload*, untuk persiapan shade nilai FTE nya sebesar 1,992 untuk dua orang tenaga kerja sehingga masing – masing tenaga kerja memiliki nilai FTE sebesar 0,996 yang masih berkategori *underload*. dan untuk operator inspeksi kain memiliki nilai indeks FTE sebesar 4,854 untuk lima orang tenaga kerja

sehingga tiap individunya mendapatkan nilai indeks FTE sebesar 0,970 yang dikategorikan *underload*. Sehingga dari perhitungan tersebut bahwa pengambilan sampel kain dan persiapan shade tidak direkomendasikan penambahan tenaga kerja dan untuk inspeksi kain perlunya optimisasi tenaga kerja menjadi empat tenaga kerja, sehingga indeks FTE nya menjadi 1,213 untuk setiap individunya yang dikategorikan *normal*.

5.2 Saran

Adapun saran yang dapat diberikan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pada penelitian selanjutnya untuk melakukan penilaian beban kerja mental terhadap optimisasi kebutuhan karyawan yang sudah dilakukan.
2. Meningkatkan komunikasi dalam tim, baik antara atasan, bawahan, maupun sesama rekan kerja.
3. Memberikan pelatihan manajemen waktu kepada karyawan.
4. Memberikan dukungan dan pengakuan atas usaha keras karyawan.
5. Mendorong pekerja untuk menghargai waktu dan memanfaatkannya semaksimal mungkin guna meningkatkan kuantitas dan kualitas pengecekan kain sesuai rencana.