

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **6.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis model-model yang telah dilakukan dalam penelitian ini mengenai pengaruh kelelahan kerja terhadap kinerja karyawan shift malam di SPBU 24 jam Kabupaten Rokan Hilir, dapat ditarik beberapa kesimpulan utama sebagai berikut:

1. Kelelahan memiliki pengaruh negatif yang signifikan terhadap kinerja karyawan shift malam. Semakin tinggi tingkat kelelahan yang dialami, semakin menurun pula tingkat kinerja kerja mereka. Hal ini mengindikasikan bahwa kelelahan kerja merupakan faktor dominan yang harus mendapat perhatian serius karena dapat menurunkan produktivitas dan kualitas pelayanan karyawan di lingkungan kerja shift malam.
2. Dukungan manajemen dan pengalaman kerja memiliki peran penting dalam mengurangi tingkat kelelahan karyawan shift malam. Dukungan manajemen dan pengalaman kerja berfungsi sebagai faktor protektif yang mendorong ketahanan karyawan terhadap beban kerja malam hari, namun tidak mengubah kekuatan hubungan negatif antara kelelahan dan kinerja.
3. Faktor penyebab kelelahan dominan yang dialami karyawan tidak dapat dilihat hanya dari satu dimensi kelelahan saja. Analisis per dimensi dari instrumen SOFI memperlihatkan bahwa dampak kelelahan terhadap kinerja lebih tepat dianalisis secara keseluruhan sebagai konstruk agregat ketimbang fokus pada aspek spesifik. Dimensi seperti kurang energi, motivasi yang menurun, ketidaknyamanan fisik, dan kantuk secara kolektif berkontribusi pada penurunan efisiensi kerja, meskipun masing-masing dimensi secara parsial belum menunjukkan pengaruh signifikan secara statistik.

## 6.2 Saran

Saran untuk penelitian lanjutan dari tesis ini adalah sebagai berikut:

- Perluasan variabel penelitian dengan memasukkan faktor-faktor tambahan seperti tingkat stres kerja, kualitas tidur, dukungan sosial, dan karakteristik kepribadian karyawan sangat dianjurkan untuk memberikan gambaran yang lebih holistik.
- Penelitian dengan desain longitudinal direkomendasikan agar dapat memantau dinamika kelelahan dan kinerja dalam jangka waktu yang lebih panjang.
- Kajian longitudinal memungkinkan penilaian efektivitas upaya intervensi organisasi terhadap kelelahan dan kinerja karyawan.
- Pengembangan aspek-aspek tersebut diharapkan dapat memberikan kontribusi yang lebih besar dan aplikatif bagi pengembangan manajemen sumber daya manusia di lingkungan kerja shift malam.

Dengan mengembangkan aspek-aspek tersebut, diharapkan penelitian selanjutnya dapat memberikan kontribusi yang lebih besar dan aplikatif bagi pengembangan manajemen sumber daya manusia di lingkungan kerja shift malam, khususnya dalam meningkatkan produktivitas dan kesejahteraan karyawan secara berkelanjutan. Hasil penelitian ini diharapkan membuka peluang bagi pengembangan kebijakan kerja yang lebih humanis dan berorientasi pada peningkatan performa kerja sekaligus kesejahteraan karyawan dalam melaksanakan tugas pada shift malam di SPBU 24 jam Kabupaten Rokan Hilir.