

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti terhadap karyawan bagian produksi di PT. Agung Karya Atta kota Malang dan dari hasil pembahasan yang telah dibahas tentang hubungan antara status gizi dan aktivitas fisik dengan produktivitas kerja pada karyawan bagian produksi di PT. Agung Karya Atta kota Malang dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Mayoritas karyawan bagian produksi di PT. Agung Karya Atta kota Malang dikategorikan sebagai gizi berlebih (gemuk).
2. Mayoritas karyawan bagian produksi di PT. Agung Karya Atta kota Malang dikategorikan sebagai karyawan dengan aktivitas fisik yang kurang.
3. Mayoritas karyawan bagian produksi di PT. Agung Karya Atta kota Malang dikategorikan sebagai karyawan yang tidak produktif.
4. Terdapat hubungan antara status gizi dengan produktivitas kerja karyawan bagian produksi di PT. Agung Karya Atta kota Malang.
5. Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan produktivitas kerja karyawan bagian produksi di PT. Agung Karya Atta kota Malang.

5.2 Saran

1. Bagi PT. Agung Karya Atta Kota Malang

Untuk status gizi yaitu menyediakan sesi penyuluhan gizi untuk meningkatkan pemahaman karyawan tentang pentingnya nutrisi yang seimbang, dan menyelenggarakan pemeriksaan kesehatan regular untuk mengidentifikasi masalah kesehatan dan memberikan dukungan sesuai kebutuhan. Kemudian untuk aktivitas fisik yaitu mengajak karyawan unruk berpartisipasi dalam kegiatan olahraga bersama, sesekali melakukan peregangan, dan memberikan insentif atau penghargaan bagi karyawan yang aktif secara fisik. Lalu untuk produktivitas kerja yaitu melibatkan karyawan dalam pembuatan target produktivitas, memberikan penghargaan kepada karyawan yang mencapai target produktivitas, dan melakukan pemantauan terhadap produktivitas secara teratur. Dengan memperhatikan aspek-aspek ini, diharapkan

karyawan di bagian produksi dapat memperoleh keseimbangan yang baik antara status gizi, aktivitas fisik, dan produktivitas kerja mereka.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan agar dapat dijadikan masukan data, sumbangan pemikiran, dan perkembangan pengetahuan, dan dapat memperluas faktor-faktor lain yang berhubungan dengan produktivitas kerja dengan cakupan responden dan lokasi penelitian yang lebih luas dan bervariasi.

5.3 Kelemahan Penelitian:

1. Jumlah sampel terbatas, tidak mewakili populasi dpt mempengaruhi generalitas hasil penelitian
2. Instrumen pengukuran variabel belum objektif
3. Keterbatasan analisis data non parametrik
4. Waktu penelitian, belum representatif untuk mengamati perubahan produktivitas kerja