

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh *sport massage* dalam meningkatkan etos kerja pegawai Unilever Head Office, diperoleh kesimpulan sebagai berikut.

Hasil analisis data *pretest - posttest* yang menunjukkan bahwa rata-rata variabel X (kelompok eksperimen) sebesar 170,75 dan rata-rata variabel Y (kelompok kontrol) sebesar 165,9. Standar error perbedaan *mean* kedua variabel (X dan Y) sebesar 3,92. Setelah dilakukan perhitungan uji hipotesis, diperoleh hasil t_{hitung} sebesar 1,237. Dengan $db=39$ diperoleh t_{tabel} sebesar 0,684. Dengan demikian dapat diketahui bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan dapat disimpulkan bahwa H_k diterima dan H_o ditolak. Dengan keputusan “*Sport massage* (x) mempunyai pengaruh terhadap etos kerja (y) pegawai Unilever Head Office”.

Hal ini menunjukkan bahwa *sport massage* mempunyai pengaruh yang cukup besar dalam meningkatkan etos kerja pegawai di Unilever Head Office Jakarta. Penelitian ini juga menguatkan alasan mengapa jajaran eksekutif PT. Unilever Head Office selalu meminta pelayanan *sport massage* di sela-sela bekerja atau setelah bekerja, bahwa *sport massage* dapat memberikan efek relaksasi dan meningkatkan kebugaran tubuh

sehingga dapat lebih meningkatkan semangat bekerja pegawai. *Sport massage* ini sendiri sudah diberikan selama hampir 10 tahun diperusahaan ini, namun ketika itu hanya jajaran para eksekutif seperti mantan *Chairman* Pt. Unilever Indonesia Tbk, Bapak Maurits Liesang. Berkat program pengadaan *sport massage* yang diperuntukan juga untuk semua karyawan di perusahaan ini, digagas oleh Ibu Dra. Nur Chasanah atau yang biasa dipanggil mba nungki selaku *therapis* dan *trainer* para eksekutif2 tersebut, program tersebut di *approve* oleh dokter kepala di Pt. Unilever Indonesia Tbk ini.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut.

1. Bagi pegawai

Agar kesehatan selalu terjaga dan pikiran tetap dalam kondisi segar sebaiknya rutin melakukan *treatment sport massage*, karena produktivitas yang baik berbanding lurus dengan etos kerja yang tinggi. Sehingga diharapkan dapat terus mendukung perusahaan menjadi yang terdepan baik skala nasional atau internasional.

1. Bagi perusahaan lain

Hasil penelitian ini sebaiknya dijadikan acuan untuk memberikan fasilitas kesehatan berupa *sport massage* pula kepada pegawainya seperti apa yang sudah Unilever lakukan.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini tentu tidak dapat terlepas dari banyaknya kekurangan dan kelemahan, semoga peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian yang sudah ada dan menyempurnakan apa yang tidak ada dalam penelitian ini.