

BAB V

PENUTUP

KESIMPULAN

Berdasarkan literature review, hasil penelitian dan Analisa pembahasan yang telah disampaikan pada Bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan mengenai jawaban pada rumusan masalah dalam penelitian ini. Temuan penelitian mengindikasikan adanya pengaruh antara beban kerja, resiliensi, stres kerja dan *job burnout*. Kesimpulan yang didapatkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Beban kerja terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap stres kerja Perawat RSUD Aisyiyah Padang. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi beban kerja yang dialami perawat dalam bekerja maka akan semakin tinggi stres yang dirasakan perawat saat bekerja.
2. Resiliensi terbukti berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja Perawat RSUD Aisyiyah Padang. Artinya bahwa semakin tinggi tingkat ketahanan atau resiliensi perawat maka akan menurunkan tingkat stres kerja perawat.
3. Beban kerja terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap *job burnout* Perawat RSUD Aisyiyah Padang. Hal ini menandakan bahwa semakin tinggi beban yang dirasakan perawat dalam bekerja maka akan meningkatkan gejala kelelahan atau *job burnout* perawat.
4. Resiliensi terbukti berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *job burnout* Perawat RSUD Aisyiyah Padang. Hal ini diartikan bahwa semakin

tinggi ketahanan atau resiliensi perawat saat menghadapi tantangan atau masalah maka akan meminimalkan munculnya gejala *job burnout* perawat dalam bekerja.

5. Stres kerja terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap *job burnout* Perawat RSUD Aisyiyah Padang. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi stres yang dirasakan perawat saat bekerja maka *job burnout* yang dialami perawat juga akan meningkat.
6. Beban kerja terbukti berpengaruh positif dan signifikan terhadap *job burnout* dengan stres kerja sebagai variabel mediasi. Hal ini menandakan bahwa stres kerja sebagai variabel mediasi memiliki pengaruh yang signifikan dalam memediasi beban kerja dan *job burnout*.
7. Resiliensi terbukti berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *job burnout* dengan stres kerja sebagai variabel mediasi. Hal ini menandakan bahwa stres kerja sebagai variabel mediasi memiliki pengaruh yang signifikan dalam memediasi resiliensi dan *job burnout*.

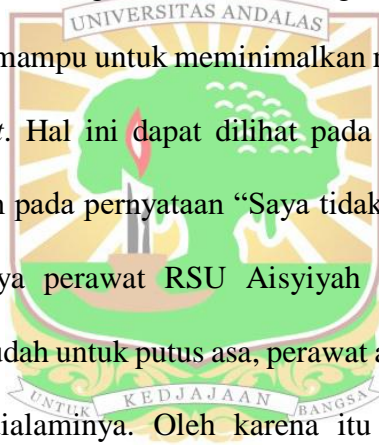
Implikasi Penelitian

Job burnout pada perawat merupakan kondisi emosional dimana seseorang merasa lelah dan jenuh secara fisik maupun emosional yang disebabkan oleh intensitas pekerjaan yang terlalu keras namun monoton yang dapat mempengaruhi individu, organisasi, dan pasien ditempat perawat bekerja. Oleh karena itu, berdasarkan hasil dari pembahasan semua hipotesis yang dilakukan peneliti ada beberapa hal yang sebaiknya disikapi dan

ditindaklanjuti oleh rumah sakit untuk dapat meminimalkan munculnya stres kerja dan *job burnout*, diantaranya:

1. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa beban kerja berpengaruh positif dan signifikan terhadap stres kerja dan *job burnout*. Hal ini menandakan bahwa beban kerja yang terlalu tinggi akan dapat mengakibatkan terjadinya stres kerja pada perawat. Selain itu beban kerja yang terlalu tinggi juga akan dapat meningkatkan gejala *job burnout* yang dirasakan perawat. Hal ini dapat dilihat pada data distribusi frekuensi jawaban responden pada pernyataan “Pekerjaan saya membutuhkan perhatian tingkat tinggi”, selain itu pekerjaan perawat ini adalah profesi yang penuh tekanan saat bekerja. Beban kerja serta tekanan berkepanjangan yang dirasakan perawat akan dapat menimbulkan stres dan juga dapat memicu perawat merasakan kelelahan dalam bekerja. Oleh karena itu pihak manajemen RSUD Aisyiyah Padang harus memikirkan tentang pentingnya meningkatkan kemampuan perawat untuk melaksanakan tanggungjawab kerja, seperti mengadakan pelatihan kepada perawat yang bekerja di RSUD Aisyiyah Padang. Selain itu, untuk proses perekrutan tenaga keperawatan baru, pihak RSUD Aisyiyah Padang sebaiknya lebih memprioritaskan perawat yang berkompeten serta memiliki pengalaman yang bagus dibidangnya. Sehingga dengan pengalaman dan kemampuan yang dimiliki, diharapkan perawat akan mampu beradaptasi dengan beban kerja perawat yang tinggi, dan dapat meminimalkan munculnya stres dan gejala *job burnout* pada perawat.

2. Temuan studi ini menunjukkan bahwa resiliensi berpengaruh negatif dan signifikan terhadap stres kerja dan *job burnout*. Hal ini menandakan bahwa tingkat ketahanan atau resiliensi yang tinggi mampu menurunkan stres kerja dan gejala *job burnout* saat bekerja. Perawat RSUD Aisyiyah Padang berdasarkan hasil dari penyebaran kuesioner yang telah dilakukan dapat diperoleh kesimpulan bahwa perawat memiliki ketahanan yang cukup baik untuk dapat mengatasi segala macam tantangan atau masalah yang ada. Sehingga perawat mampu untuk meminimalkan munculnya stres kerja dan gejala *job burnout*. Hal ini dapat dilihat pada data distribusi frekuensi jawaban responden pada pernyataan “Saya tidak mudah putus asa karena kegagalan”. Artinya perawat RSUD Aisyiyah Padang saat mengalami kegagalan tidak mudah untuk putus asa, perawat akan bangkit kembali dari kegagalan yang dialaminya. Oleh karena itu perawat RSUD Aisyiyah Padang diharapkan agar tetap dapat menjaga resiliensi dan dapat lebih mencintai pekerjaannya. Sehingga jika terdapat masalah dalam bekerja, perawat dapat menilai masalah tersebut sebagai tantangan yang akan membuat perawat menjadi lebih semangat dan menjadikannya motivasi agar perawat tidak mudah stres dan tidak mengalami kelelahan saat bekerja. Bagi pihak manajemen RSUD Aisyiyah Padang untuk dapat meningkatkan resiliensi perawat juga bisa dengan mengadakan pelatihan regulasi emosi yang bertujuan agar perawat dapat tetap tenang dan terampil meskipun tuntutan pekerjaan sedang tinggi. Selain itu untuk proses perekrutan tenaga keperawatan baru, pihak RSUD Aisyiyah Padang



sebaiknya lebih memprioritaskan perawat yang memiliki resiliensi atau ketahanan yang tinggi, agar perawat tidak mudah terkena gejala *job burnout* dan stres saat bekerja.

Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan pengalaman penelitian selama melakukan penelitian ini, peneliti menyadari bahwa hasil penelitian ini tidak sempurna serta memiliki banyak keterbatasan yang mempengaruhi hasil yang diharapkan. Oleh karena itu, keterbatasan-keterbatasan ini diharapkan lebih di perhatikan lagi untuk penelitian - penelitian selanjutnya. Beberapa keterbatasan dalam penelitian ini antara lain:

1. Penelitian ini menggunakan variabel terbatas yang hanya mencakup variabel beban kerja, resiliensi, stres kerja dan *job burnout*.
2. Penelitian ini hanya berkaitan dengan variabel yang diteliti, sementara banyak faktor lain yang mempengaruhi terhadap permasalahan yang ada pada RSU Aisyiyah Padang.
3. Penelitian ini hanya berfokus pada *job burnout* pada RSU Aisyiyah Padang.
4. Penelitian ini hanya mengambil sampel perawat tidak termasuk bidan, dokter, dan lain-lain.

Saran

Adapun saran yang dapat diberikan oleh penulis terkait dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian selanjutnya diharapkan agar dapat menggunakan sampel yang lebih besar dan luas agar diperoleh hasil penelitian yang lebih baik, lebih

bisa digeneralisasi, serta dapat memberikan gambaran yang lebih riil tentang *job burnout* perawat.

2. Disarankan untuk penelitian selanjutnya untuk dapat memperbanyak data, baik itu data kuantitatif dari kuesioner, ataupun data yang diperoleh dari metode lainnya seperti wawancara secara langsung dan tidak langsung (*online*).
3. Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti variabel lainnya yang belum diteliti pada penelitian ini dan dapat memperkuat penelitian selanjutnya sehingga hasil penelitian memberikan gambaran yang lebih baik.
4. Penelitian mendatang diharapkan agar dapat menggunakan objek lain selain RSUD Aisyiyah Padang seperti perusahaan manufaktur, perbankan dan lain sebagainya.

