

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diambil berdasarkan hasil penelitian ini terkait gambaran *hardiness* pada tenaga keperawatan yang bekerja di Rumah Sakit Umum Pusat M. Djamil Kota Padang, Sumatera Barat yaitu tingkat *hardiness* pada tenaga keperawatan berada pada kategori sedang. Hal ini menjelaskan bahwa sebagian besar tenaga keperawatan dapat bertahan dari situasi yang dapat memunculkan stress namun, tingkat *hardiness* pada tenaga keperawatan yang berada pada kategori sedang ini tidak dapat diartikan bahwa tenaga keperawatan tersebut bebas dari hal yang dapat menimbulkan stress. Peneliti juga menemukan meskipun masing-masing dari data demografi memiliki perbedaan nilai rata-rata, namun tidak terlihat adanya perbedaan yang signifikan terkait *hardiness* yang ada pada setiap tenaga keperawatan yang bekerja di Rumah Sakit Umum Pusat M. Djamil Kota Padang.

5.2 Saran

Pada penelitian ini, adapun saran yang mampu dijadikan sebagai bahan pertimbangan sebagai berikut:

5.2.1 Saran Metodologis

Saran metodologis yang dapat menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti lain yang ingin menggunakan variabel dan metode yang sama adalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini hanya melihat gambaran *hardiness* pada tenaga keperawatan secara umum, maka dari itu hendaknya peneliti selanjutnya mampu

mengaitkan variabel *hardiness* dengan variabel lain seperti *psychological distress*, beban kerja, jenis kelamin, *burn-out*, dan variabel lainnya dengan tujuan untuk memperkaya data penelitian dalam bidang ilmu psikologi.

2. Penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan tingkat *hardiness* yang dimiliki oleh perawat dengan beberapa data demografi salah satunya usia, sehingga peneliti berikutnya mampu melakukan penelitian lebih lanjut berdasarkan data demografi tersebut.
3. Diharapkan untuk peneliti berikutnya dapat membandingkan *hardiness* tenaga perawat dari beberapa rumah sakit atau profesi kesehatan yang lain.
4. Penelitian ini menggunakan skala psikologi hasil dari adaptasi yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas namun dengan cakupan responden yang masih sedikit. Peneliti berharap peneliti selanjutnya mampu melaksanakan ulang uji validitas dan reliabilitas dengan cakupan responden yang lebih besar agar alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini mampu digunakan untuk penelitian yang lebih kompleks di masa yang akan datang.
5. Disarankan untuk peneliti berikutnya agar dapat menggunakan metode pengambilan sampling yang lebih tepat sesuai dengan tujuan penelitian.

5.2.2 Saran Praktis

1. Bagi Tenaga Keperawatan

Penelitian ini menunjukkan bahwa tenaga keperawatan yang bekerja di Rumah Sakit Umum Pusat M. Djamil Kota Padang kebanyakan memiliki *hardiness* yang berada pada kategori sedang. Oleh karena itu, perawat

diharapkan mampu untuk dapat mengelola stress terhadap pekerjaannya di rumah sakit dan di rumah agar dapat terhindar dari dampak buruk kesehatan mental yang terganggu dengan meningkatkan komitmen terhadap pekerjaan, dapat mengendalikan kendala yang dihadapi baik dengan meminta bantuan dari rekan sejawat, kepala perawat maupun instansi rumah sakit terkait dalam mengatasi kendala yang ditemui di lingkungan kerja dan penerimaan akan perubahan baik pelatihan yang disosialisasikan guna meningkatkan kualitas pelayanan, dan pelatihan untuk diri perawat dalam rangka meningkatkan kesadaran, empati, dan perasaan positif terhadap pasien.

2. Bagi Pihak Rumah Sakit

Pihak rumah sakit hendaknya dapat memberikan perhatian kepada para pekerjaannya tentang kesehatan mental sehingga kualitas kerja para pekerja termasuk tenaga keperawatan tetap berkualitas. Selain itu, pihak rumah sakit hendaknya dapat memberikan konsultasi tentang kesehatan mental para tenaga perawat beberapa bulan sekali agar perawat dapat melaksanakan pekerjaan dengan aman dan nyaman. Pihak rumah sakit juga perlu memerhatikan komponen pekerjaan seperti beban kerja, gaji, jam kerja, pengawasan, dan umpan balik atas kinerja tenaga keperawatan. Selain itu pihak rumah sakit dapat mengadakan program-program dalam mengatasi stress perawat dengan cara mengadakan kegiatan positif untuk meningkatkan kedekatan antar rekan sejawat, dan kegiatan yang dapat mengurangi stres guna mencegah terjadinya stress kerja.