

## **BAB VII**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diruang rawat inap penyakit dalam RSUP M. Djamil Padang mengenai faktor lingkungan kerja dengan stres kerja, dapat disimpulkan beberapa hal:

- a. Lebih dari separuh responden mengalami stres kerja berat.
- b. Lebih dari separuh responden mempunyai lingkungan kerja buruk.
- c. Ada hubungan antara faktor lingkungan kerja dengan stres kerja perawat di ruang rawat inap penyakit dalam RS. M.Djamil tahun 2017. Semakin buruk lingkungan kerja, maka stres kerja yang ditimbulkan akan semakin meningkat.

#### **B. Saran**

Hasil penelitian memberikan dampak terhadap rumah sakit, pendidikan keperawatan dan penelitian selanjutnya, sehingga peneliti menyatakan sebagai berikut:

1. Bagi Praktek Profesi Keperawatan
  - a. Rumah sakit perlu lebih meningkatkan kualitas lingkungannya baik itu di sektor lingkungan fisik meliputi: penataan ruangan, sirkulasi ruangan, pencahayaan, tingkat kebisingan, kebersihan dan keamanan; maupun lingkungan non-fisik yang meliputi: keefektifan pengarahannya dari karu/ katim, kemampuan kerja sama antar perawat maupun dengan tim kesehatan lainnya, serta kemampuan

berkomunikasi dengan sesama tenaga kesehatan hingga keluarga pasien.

- b. Diharapkan diadakannya penyuluhan dan pelatihan tentang lingkungan kerja yang baik agar dapat meningkatkan kenyamanan dan kinerja perawat sehingga stres kerja pada perawat dapat berkurang.
- c. Bidang keperawatan perlu menyelesaikan konflik yang dialami perawat dengan menentukan solusi dan resolusi konflik untuk menjadi negosiator dan mediator dalam pemecahan konflik, meningkatkan komunikasi yang asertif pada perawat dan komunikasi terapeutik oleh perawat pada pasien.
- d. Kepala ruangan perlu lebih mengefektifkan pertemuan perawat diruangan berupa rapat rutin bulanan dalam rangka meningkatkan komunikasi yang efektif antara sesama perawat dan dengan kepala ruangan sebagai supervisor.
- e. Perawat perlu melakukan manajemen stres yang efektif berupa pengelolaan waktu, teknik relaksasi, pemecahan masalah yang kreatif, komunikasi yang asertif dan kerjasama dengan rekan kerja, supervisor dan tenaga kesehatan lain serta komunikasi terapeutik dengan pasien.

## 2. Bagi pendidikan keperawatan

- a. Perlu menambahkan materi terkait stres kerja perawat dan manajemen stres yang efektif sehingga memperbanyak landasan teori peserta didik.

- b. Perlu disosialisasikan dan diskusi lebih banyak terkait stres kerja perawat mengingat pentingnya mengurangi stres kerja perawat demi menjaga stabilitas sumber daya keperawatan.
- c. Perlu meningkatkan lingkungan kerja yang afektif agar tidak menurunkan tingkat stres saat bekerja.

3. Bagi peneliti selanjutnya

- a. Perlu dilakukan penelitian mengenai faktor yang mempengaruhi tingkat stres kerja pada perawat yang berstatus PNS dan Non-PNS.
- b. Perlu dilakukan replikasi penelitian ini diruangan ruangan khusus lainnya seperti instalasi gawat darurat (IGD), dan lain-lain yang berbeda situasi dan kondisi yang dihadapi.