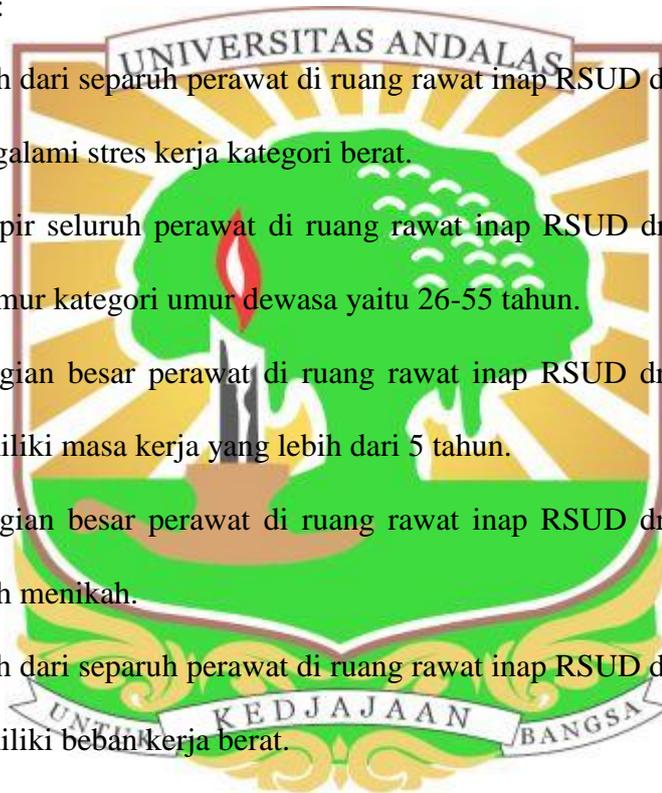


BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan umur, masa kerja, status pernikahan, beban kerja, lingkungan kerja, dan komunikasi interpersonal dengan stres kerja pada perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Tahun 2019, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Lebih dari separuh perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang mengalami stres kerja kategori berat.
2. Hampir seluruh perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang berumur kategori umur dewasa yaitu 26-55 tahun.
3. Sebagian besar perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang memiliki masa kerja yang lebih dari 5 tahun.
4. Sebagian besar perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang sudah menikah.
5. Lebih dari separuh perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang memiliki beban kerja berat.
6. Lebih dari separuh perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang merasakan lingkungan kerja yang kurang baik.
7. Lebih dari separuh perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang memiliki hubungan komunikasi interpersonal yang kurang baik.
8. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara umur dengan stres kerja pada perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang.

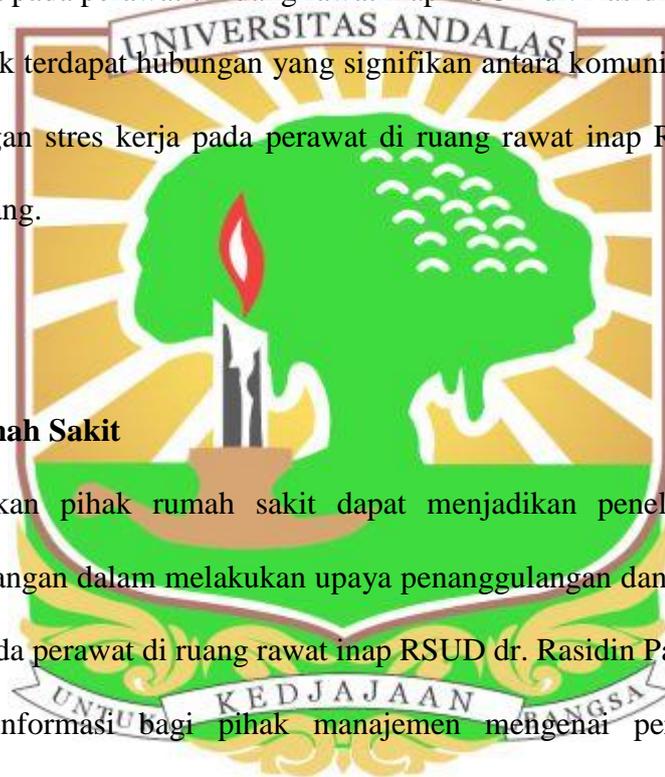


9. Terdapat hubungan yang signifikan antara masa kerja dengan stres kerja pada perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang.
10. Terdapat hubungan yang signifikan antara status pernikahan dengan stres kerja pada perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang.
11. Terdapat hubungan yang signifikan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang.
12. Terdapat hubungan yang signifikan antara lingkungan kerja dengan stres kerja pada perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang.
13. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara komunikasi interpersonal dengan stres kerja pada perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Rumah Sakit

1. Diharapkan pihak rumah sakit dapat menjadikan penelitian ini sebagai pertimbangan dalam melakukan upaya penanggulangan dan pencegahan stres kerja pada perawat di ruang rawat inap RSUD dr. Rasidin Padang dan sebagai bahan informasi bagi pihak manajemen mengenai permasalahan yang dihadapi oleh perawat ketika bekerja. Misalnya dengan melakukan *training* yang berkaitan dengan pencegahan dan mengelola stres kerja.
2. Diharapkan kepada pihak rumah sakit untuk dapat melakukan pemeriksaan stres kerja awal dan secara berkala sehingga kondisi psikologis perawat dapat dipantau.



3. Meningkatkan kualitas kegiatan bersama antar perawat, atasan dan pihak manajemen seperti kegiatan rekreasi untuk mengeratkan hubungan dengan semua karyawan dalam unit yang bersangkutan.

6.2.2 Bagi Perawat

1. Bagi perawat diharapkan lebih mengenal sedini mungkin gejala-gejala stres kerja, baik stress ringan maupun stres berat, mengontrol sumber *stressor*, memanfaatkan waktu istirahat yang cukup sehingga dapat menerapkan manajemen stres dengan baik.
2. Mempertahankan penilaian diri yang positif dan menenangkan pikiran dengan berbagai cara meditasi dan relaksasi.
3. Ikhlas dan sabar dalam menjalankan tugas yang diberikan.

6.2.3 Bagi Peneliti

Peneliti selanjutnya dapat menambahkan variabel-variabel lainnya sehingga hanya tidak terbatas pada variabel-variabel dalam penelitian ini saja seperti, variabel jenis kelamin, konflik peran, *shift* kerja dan faktor dominan yang berhubungan dengan kejadian stres kerja yang belum diteliti pada penelitian ini.

