

## BAB VII

### PENUTUP

#### 1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan Beban Perawatan, Tingkat Stres, dan Dukungan Sosial dengan Tingkat *Burnout* pada *Caregiver* Pasien Lansia Gagal Ginjal Kronik yang Menjalani Terapi Hemodialisa di RSUP Dr. M. Djamil Padang, dapat disimpulkan bahwa:

1. Sebagian besar *caregiver* pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RSUP Dr. M. Djamil Padang berada pada usia 46–55 tahun, berjenis kelamin perempuan, memiliki tingkat pendidikan rendah (SD–SMA), berstatus menikah, bekerja, dan memiliki hubungan keluarga sebagai anak.
2. Sebagian besar pasien lansia gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RSUP Dr. M. Djamil Padang berusia 60–74 tahun, berjenis kelamin perempuan, dan berada pada tingkat kemandirian ketergantungan total.
3. Pada variabel beban perawatan didapatkan *mean* 19,18 yang artinya rata-rata *caregiver* pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RSUP Dr. M. Djamil Padang mengalami beban perawatan sedang.

4. Pada variabel tingkat stres didapatkan *mean* 23,65 yang artinya rata-rata *caregiver* pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RSUP Dr. M. Djamil Padang mengalami stres sedang.
5. Pada variabel dukungan sosial didapatkan *mean* 53,19 yang artinya rata-rata *caregiver* pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RSUP Dr. M. Djamil Padang menerima dukungan sedang.
6. Pada variabel *burnout* didapatkan *mean* 53,19 yang artinya rata-rata *caregiver* pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RSUP Dr. M. Djamil Padang mengalami *burnout* sedang.
7. Terdapat hubungan positif yang kuat dan signifikan antara beban perawatan dengan tingkat *burnout caregiver* pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RSUP Dr. M. Djamil Padang (*p-value* <0.001; nilai rho = 0,798), yang menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat beban perawatan maka semakin tinggi pula *burnout* yang dirasakan *caregiver*.
8. Terdapat hubungan positif yang sangat kuat dan signifikan antara tingkat stres dengan tingkat *burnout caregiver* pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RSUP Dr. M. Djamil Padang (*p-value* <0.001; nilai rho = 0,817), yang artinya semakin tinggi tingkat stres maka semakin tinggi pula *burnout* yang dirasakan *caregiver*.
9. Terdapat hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara dukungan sosial dengan tingkat *burnout caregiver* pada lansia gagal ginjal kronik yang menjalani terapi hemodialisa di RSUP Dr. M. Djamil Padang

(*p-value* <0.001; nilai rho = -0,869), yang artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin rendah pula *burnout* yang dirasakan *caregiver*.

## 2. Saran

### 1. Bagi *Caregiver*

Berdasarkan temuan dalam penelitian ini, disarankan agar *caregiver* untuk secara aktif memperhatikan dukungan sosial, baik dari keluarga, teman, ataupun lingkungan sekitar. *Caregiver* dapat mulai dengan berbagi pengalaman dan perasaan dengan sesama *caregiver* yang berada dalam situasi serupa, baik melalui pertemuan langsung maupun media daring, sebagai sarana untuk menceritakan pengalaman dan mengurangi tekanan emosional.

*Caregiver* juga disarankan untuk melibatkan anggota keluarga lain dalam proses perawatan lansia, termasuk anak laki-laki, agar dalam proses perawatan lansia agar beban perawatan tidak hanya terpusat pada satu individu, khususnya anak perempuan. Apabila *caregiver* mulai merasakan kelelahan emosional yang menetap, *caregiver* disarankan untuk mencari bantuan profesional, seperti berkonsultasi dengan dokter, psikolog atau psikiater, agar kondisi tersebut tidak berkembang menjadi *burnout* yang lebih berat.

### 2. Bagi Perawat Hemodialisa

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan dapat menjadi dasar untuk meningkatkan perhatian terhadap kondisi psikososial *caregiver*.

Perawat hemodialisa disarankan untuk melakukan konseling singkat kepada *caregiver* di ruang hemodialisa, terutama terkait pengelolaan stres, pembagian peran dalam keluarga, dan cara menghadapi beban perawatan jangka panjang. Selain itu, perawat hemodialisa dapat berperan sebagai fasilitator awal dalam mengidentifikasi *caregiver* yang berisiko mengalami *burnout*, sehingga *caregiver* dapat memperoleh dukungan lanjutan sesuai kebutuhan

### 3. Bagi Pihak Rumah Sakit

Diharapkan bagi pihak rumah sakit beserta dapat mempertimbangkan penyusunan kebijakan dan standar operasional prosedur (SOP) yang mendukung pemenuhan kebutuhan psikososial *caregiver*. Kebijakan tersebut dapat berupa penyediaan program edukasi, penyuluhan singkat, atau layanan konseling. Selain itu, disarankan pada rumah sakit untuk memfasilitasi pembentukan komunitas *caregiver* serta menjalin kolaborasi dengan tenaga profesional lainnya untuk mendukung *caregiver*.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan dapat mengembangkan penelitian dengan desain intervensi, seperti pemberian konseling atau terapi psikososial sehingga diharapkan mampu menurunkan tingkat *burnout* yang dialami. Selain itu, peneliti selanjutnya disarankan untuk menggunakan jumlah sampel yang lebih besar dan cakupan wilayah yang lebih luas, agar hasil penelitian dapat digeneralisasi dengan lebih baik.

Selanjutnya, beberapa variabel lain yang berpotensi memengaruhi tingkat *burnout* pada *family caregiver*, seperti dukungan tenaga kesehatan, strategi coping, kondisi fisik dan mental *caregiver* serta kondisi kesehatan lansia seperti komorbiditas penyakit yang diderita dapat dipertimbangkan dalam penelitian selanjutnya. Selain itu, penggunaan desain penelitian lainnya juga dapat disarankan agar hubungan antarvariabel dapat tergambaran secara lebih mendalam dan komprehensif.

