

BAB VII

PENUTUP

7.1. Kesimpulan

Berdasarkan kajian, hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan terkait jawaban pada rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Beban kerja berhubungan signifikan dengan *burnout* pada Residen Anestesiologi dan Terapi Intensif RSUP M. Djamil Padang.
2. *Work family conflict* berhubungan signifikan dengan *burnout* pada Residen Anestesiologi dan Terapi Intensif RSUP M. Djamil Padang.
3. Beban kerja tidak berhubungan signifikan dengan kualitas hidup pada Residen Anestesiologi dan Terapi Intensif RSUP M. Djamil Padang.
4. *Work family conflict* berhubungan signifikan dengan kualitas hidup pada Residen Anestesiologi dan Terapi Intensif RSUP M. Djamil Padang.
5. *Burnout* tidak berhubungan dengan kualitas hidup pada Residen Anestesiologi dan Terapi Intensif RSUP M. Djamil Padang. Hal ini kontradiktif dari temuan kualitatif yang menyatakan bahwa *burnout* menyebabkan penurunan kualitas hidup diberbagai domain.
6. Hubungan beban kerja dengan kualitas hidup melalui *burnout* sebagai variabel mediasi tidak berhubungan signifikan pada Residen Anestesiologi dan Terapi Intensif RSUP M. Djamil Padang.
7. Hubungan *work family conflict* dengan kualitas hidup melalui *burnout* sebagai variabel mediasi tidak berhubungan signifikan pada Residen Anestesiologi dan Terapi Intensif RSUP M. Djamil Padang.

7.2. Implikasi penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memiliki nilai implikasi yang dapat diaplikasikan dalam manajemen sumber daya manusia pada umumnya, dan khususnya residen anestesiologi dan terapi intensif

1. Beban kerja yang tinggi dapat berimplikasi pada peningkatan kejadian *burnout*. Berdasarkan teori *job demand-resource*, setiap tuntutan pekerjaan

membutuhkan sumber daya dalam pelaksanaannya. Namun, terdapat komponen beban kerja yang dapat dimitigasi agar tidak menimbulkan *burnout* yang mengarah pada gejala depresi. Mitigasi tersebut dapat dilakukan melalui distribusi beban kerja yang merata, penambahan jumlah residen sesuai dengan rekomendasi LAMPTKes (1:5), serta persiapan kelompok residen tingkat menengah dari segi performance dan kognitif agar mereka dapat melaksanakan tugas sebagai residen senior dengan lebih baik.

2. Potensi terjadinya *work family conflict* (WFC) memang tidak dapat dihindari ketika tuntutan dari kedua domain tersebut hadir bersamaan. Kehadiran keluarga dapat memperkeruh situasi jika tidak dikelola dengan baik. Hubungan harmonis dengan keluarga merupakan faktor protektif terjadinya burnout. Sebagaimana teori Model *Effort-Recovery* menjelaskan hubungan kausal antara beban kerja, interferensi kerja-rumah, dan *burnout*. Individu mengeluarkan upaya (*job resources*) tertentu untuk menyelesaikan beban kerja (*job demands*), menyebabkan kelelahan setelah bekerja. Efek ini mereda setelah pekerjaan selesai, sehingga individu dapat *recovery* lebih baik bersama keluarga. Peran institusi dalam memberikan pemahaman kepada keluarga terkait kondisi residen menjadi hal positif yang dapat dilakukan di berbagai institusi.
3. Tingginya beban kerja akan menyebabkan penurunan kualitas hidup dari domain kualitas fisik. Namun individu dan institusi dapat mengambil peran dari domain sosial, emosional dan integrasi lingkungan bekerja tersebut. Persepsi dan dukungan institusional dapat memoderasi hubungan beban kerja dan kualitas hidup. Residen yang merasa didukung oleh program residensi dan memiliki tingkat kontrol yang lebih tinggi terhadap jadwal mereka cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih baik.
4. Konflik kerja-keluarga, yang dapat bermanifestasi dalam bentuk *work-family conflict* dan *family-work conflict*, secara inheren menguras sumber daya kognitif, emosional, dan fisik individu. Konflik ini dapat menyebabkan residen mengalami penurunan kepuasan terhadap peran mereka, berkurangnya dukungan sosial dari keluarga, dan peningkatan perasaan kelelahan, yang semuanya berkontribusi pada penurunan kualitas hidup

secara keseluruhan. Keluarga maupun orang tua yang telah diberikan pemahaman mengenai kegiatan residen sebelum menjalani residensi, akan cenderung memberikan respons positif terhadap kegiatan tersebut. Hal ini memperkuat peran keluarga sebagai faktor protektif dalam kehidupan residen. Sehingga penting menjaga hubungan harmonis di dalam keluarga residen.

5. Kualitas hidup dan kelelahan emosional tidak menunjukkan hubungan yang signifikan, namun, pencapaian pribadi dan depersonalisasi keduanya berkaitan signifikan dengan kualitas hidup di berbagai domain. Hal ini menekankan dampak pervasif dari komponen-komponen *burnout* tersebut terhadap kesejahteraan. Peran lingkungan yang positif dapat menurunkan tingkat *burnout* dan meningkatkan kualitas hidup.
6. Pentingnya pengalaman bekerja, ekspektasi dan lingkungan positif dalam merespon reaksi adaptif dari kegiatan residen. Beban kerja tidak selalu berhubungan linear dengan kualitas hidup namun beban kerja yang menyebabkan gejala *burnout* dapat menurunkan kualitas hidup. Sehingga perlu melakukan intervensi pada penurunan faktor-faktor yang dapat menimbulkan *burnout* tersebut.
7. Temuan ini menekankan pentingnya intervensi organisasi untuk mengurangi *work family conflict* dan mengelola *burnout*. Organisasi perlu menyadari bahwa konflik peran ini tidak hanya mempengaruhi produktivitas tetapi juga kesejahteraan holistik residen dan keselamatan pasien.

7.3. Saran

Berdasarkan keterbatasan dalam penelitian ini adapun saran yang bisa disampaikan dari hasil penelitian yang didapat adalah sebagai berikut :

1. Penelitian mendatang diharapkan menggunakan sampel yang lebih besar dan luas untuk memperoleh hasil yang lebih baik, lebih dapat digeneralisasi, serta memberikan gambaran yang lebih riil tentang kualitas hidup residen. Disarankan pula agar penelitian mendatang menggunakan metode multisenter guna mengetahui secara mendalam terkait kualitas hidup

residen anesthesiologi dan terapi intensif. Selain itu, penelitian mendatang hendaknya menguji faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi burnout dan kualitas hidup, seperti jenis spesialisasi, stres kerja, dukungan institusi pendidikan, budaya, hubungan senior-junior, pengalaman kerja, jenis kelamin, dan lain sebagainya. Untuk menyimpulkan hubungan antara beban kerja, work family conflict, burnout, kualitas hidup, dan faktor-faktor terkait dalam perkembangan tahapan residen, penelitian mendatang dapat menerapkan desain studi kohort dengan pendekatan kualitatif.

2. Institusi pendidikan, penelitian ini dapat menjadi bahan evaluasi dalam melakukan mitigasi risiko *burnout*. Diketahui bahwa risiko *burnout* dalam dunia pendidikan tidak dapat dihindari namun dapat dilakukan mitigasi dengan cara : mengurangi faktor pendukung dan meningkatkan faktor protektif dari *burnout* tersebut. Peran tersebut dapat diaplikasikan dalam bentuk *reward and punishment*, distribusi beban kerja dengan penambahan residen, pengutan kepemimpinan ketua program studi, dan lain sebagainya. Selain itu diharapkan bahwa penelitian ini menjadi masukan dalam peningkatan keilmuan manajemen sumber daya manusia khususnya residensi.
3. Rumah Sakit, penelitian ini dapat menjadi masukan dan bahan evaluasi dalam kegiatan residensi di rumah sakit dengan memperhatikan bahwa *burnout* dapat menyebabkan dampak buruk pada kualitas pelayanan dan keselamatan pasien. Rumah sakit menjadi wahana pendidikan mengambil peran penting dalam menciptakan lingkungan positif yang dapat menjadi penyangga (*buffer*) timbulnya *burnout*.
4. Residen, penelitian ini dapat menjadi masukan bagi residen ataupun calon residen dalam mempersiapkan diri menjalani kegiatan pendidikan spesialisik. Pentingnya menjaga hubungan harmonis didalam keluarga dan rekan sejawat sehingga hal tersebut menjadi faktor protektif penting selama masa pendidikan. Selain itu pengalaman bekerja, ekspektasi dan lingkungan positif menjadi reaksi adaptif dari kegiatan residen.