

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian hubungan beban kerja, *shift* kerja, masa kerja dan lingkungan kerja dengan stres kerja pada perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr.Adnaan Payakumbuh Tahun 2020, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Lebih dari separuh (55,7%) perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr.Adnaan WD Payakumbuh mengalami stres kerja kategori sedang.
2. Sebagian besar (67,2%) perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr.Adnaan WD Payakumbuh mengalami beban kerja kategori berat
3. Lebih dari separuh (59,0%) perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr.Adnaan WD Payakumbuh bekerja pada *shift* pagi.
4. Sebagian besar (65,6%) perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr.Adnaan WD Payakumbuh memiliki masa kerja kurang dari 10 tahun.
5. Lebih dari separuh (57,4%) perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr.Adnaan WD Payakumbuh merasakan lingkungan kerja kurang baik.
6. Terdapat hubungan antara beban kerja dengan stres kerja pada perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr.Adnaan WD Payakumbuh.
7. Tidak terdapat hubungan antara *shift* kerja dengan stres kerja pada perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr.Adnaan WD Payakumbuh.
8. Tidak terdapat hubungan antara masa kerja dengan stres kerja pada perawat di ruang rawat inap RSUD dr.Adnaan WD Payakumbuh.
9. Terdapat hubungan antara lingkungan kerja dengan stres kerja pada perawat di Ruang Rawat Inap RSUD dr.Adnaan WD Payakumbuh.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Rumah Sakit

1. Diharapkan kepada pihak rumah sakit untuk dapat melakukan manajemen stres akibat kerja pada perawat, manajemen stres dapat dilakukan dengan cara menghitung beban kerja perawat kemudian disesuaikan antara beban kerja dengan jumlah perawat, apabila beban kerja berlebih maka dapat dilakukan penambahan tenaga perawat.
2. Diharapkan kepada pihak rumah sakit untuk dapat menyesuaikan antara tuntutan yang diberikan kepada perawat dengan kemampuan yang dimiliki serta menyesuaikan antara jumlah perawat dengan jumlah pasien.
3. Diharapkan kepada pihak rumah sakit untuk dapat mengontrol dan meminimalisir terjadinya pergantian *shift* yang dilakukan antar perawat yang disebabkan adanya kepentingan di luar pekerjaan.
4. Diharapkan kepada pihak rumah sakit untuk dapat menciptakan lingkungan kerja yang nyaman baik dari suhu, sirkulasi udara dan semua aspek lingkungan kerja yang seharusnya dipenuhi oleh sebuah rumah sakit sehingga dapat mendukung perawat dalam mengerjakan tugasnya.

6.2.2 Bagi Perawat

Kepada tenaga keperawatan diharapkan dapat melakukan manajemen stres terhadap diri sendiri dengan mengontrol diri terhadap sumber *stressor*, memanfaatkan waktu istirahat yang cukup sehingga dapat menerapkan manajemen stres dengan baik, serta ikhlas dan sabar dalam menjalankan tugas yang diberikan.

6.2.3 Bagi Peneliti

1. Kepada peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih lanjut faktor yang berhubungan dengan stres kerja serta melakukan penelitian lebih lanjut untuk dapat mengetahui faktor yang paling berpengaruh terhadap stres kerja.
2. Peneliti selanjutnya dapat menambahkan variabel-variabel lainnya sehingga tidak terbatas pada variabel-variabel dalam penelitian ini saja.
3. Dalam pengisian angket atau kuesioner untuk dapat mendampingi responden agar terhindar dari bias atau kurang tepatnya informasi yang akan didapatkan nantinya.

