

BAB 6 : KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian tentang hubungan stigma dan dukungan sosial dengan stres pada tenaga kesehatan di RSUD Raja Ahmad Tabib Provinsi Kepulauan Riau Saat Pandemi COVID-19 Tahun 2021 dapat disimpulkan bahwa :

1. Distribusi frekuensi stres tinggi pada tenaga kesehatan di RSUD Raja Ahmad Tabib Provinsi Kepulauan Riau Saat Pandemi COVID-19 Tahun 2021 lebih banyak mengalami stres rendah daripada stres tinggi.
2. Distribusi frekuensi stigma rendah lebih banyak daripada stigma tinggi dan dukungan sosial tinggi lebih banyak daripada dukungan sosial rendah pada tenaga kesehatan di RSUD Raja Ahmad Tabib Provinsi Kepulauan Riau Saat Pandemi COVID-19 Tahun 2021.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara stigma dengan stres pada tenaga kesehatan di RSUD Raja Ahmad Tabib Provinsi Kepulauan Riau Saat Pandemi COVID-19 Tahun 2021
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan stres pada tenaga kesehatan di RSUD Raja Ahmad Tabib Provinsi Kepulauan Riau Saat Pandemi COVID-19 Tahun 2021

6.2 Saran

1. Bagi tenaga kesehatan

Diharapkan bagi tenaga kesehatan khususnya perawat yang merasakan stres untuk dapat mengelolanya dengan meningkatkan imunitas seperti menerapkan pola makan dengan gizi yang seimbang, memastikan adanya waktu istirahat, serta tetap berkomunikasi dengan orang-orang terkasih seperti pasangan atau orang tua melalui media sosial juga mencari dukungan sosial baik dari kolega atau orang yang dipercaya yang juga mungkin mengalami pengamalan serupa. Untuk mencegah stres dari stigma oleh masyarakat, nakes dapat mengurangi paparan terhadap sosial media. Jika merasa kondisi mental semakin memburuk maka lakukan konseling.

2. Bagi rumah sakit

Diharapkan kepada rumah sakit untuk tetap memonitor kesejahteraan tenaga kesehatan secara berkala dan suportif serta memelihara lingkungan yang kondusif agar tenaga kesehatan dapat menyampaikan kepada pimpinan apabila kondisi mental mereka memburuk dengan mengoptimalkan layanan konseling bagi nakes apabila mengalami stres baik secara daring atau tatap muka. Rumah sakit dapat menyediakan tempat istirahat yang nyaman dan menyediakan makanan. Selain itu, rumah sakit dapat mengadakan pelatihan manajemen stres pada nakes.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar dapat mendalami kajian faktor risiko stres pada tenaga kesehatan seperti modal sosial, strategi koping dsb