

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian diatas adapun kesimpulan yang dapat diambil, sebagai berikut :

1. Beban kerja yang diberikan kepada perawat termasuk dalam kategori beban kerja sedang. Hal ini menunjukkan perawat memiliki kapasitas untuk menangani beban yang diberikan secara efektif, dan beban kerja yang diberikan dianggap sebagai tugas yang harus dipenuhi oleh perawat.
2. Tingkat stres kerja yang dialami oleh perawat di RSUD Sinar Husni Deli Serdang termasuk dalam kategori stres kerja sedang. Hal ini menunjukkan bahwa perawat memiliki kemampuan untuk menangani sejumlah besar pekerjaan dengan mengelola emosinya secara efektif, sehingga mencegah terjadinya peningkatan tingkat stres terkait pekerjaan.
3. Hasil uji korelasi peringkat Spearman menunjukkan nilai (p) yang signifikan, menunjukkan adanya hubungan antara beban kerja dengan tingkat stres kerja. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat korelasi yang substansial antara beban kerja perawat di RSUD Sinar Husni Deli Serdang dengan tingkat stres terkait pekerjaan yang dialaminya.
4. Terdapat korelasi dengan nilai positif, yang menunjukkan bahwa jika jumlah pekerjaan menuntut banyak waktu, maka jumlah stres yang dialami dalam bekerja juga banyak. Selanjutnya, jika beban kerja sedang, maka jumlah stres yang dialami perawat dalam bekerja juga akan rendah.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian diatas adapun saran yang dapat diberikan, sebagai berikut :

1. Bagi Perawat

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diharapkan perawat mampu mengelola emosi secara positif dalam menghadapi beban kerja dengan memandangnya sebagai kewajiban yang harus dilakukan. Hal ini akan menghindarkan perawat dari kemungkinan terjadinya stres kerja.

2. Bagi Rumah Sakit

Setiap atasan diharapkan mampu melakukan monitoring terhadap perawat dengan melakukan asesmen atau survei secara rutin untuk mengetahui keluhan yang dialami dan apa saja yang dialami perawat. Dalam bidang keperawatan, atasan pun disarankan untuk lebih sering berkomunikasi dengan perawat. Hal ini dilakukan sebagai salah satu bentuk kebijakan pengendalian beban kerja dan untuk mengurangi stres yang dialami perawat dalam bekerja, sehingga tidak terjadi kesenjangan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya harus fokus pada kesenjangan yang masih ada dalam penelitian ini dan mengeksplorasi faktor-faktor tambahan yang berkontribusi terhadap stres terkait pekerjaan, selain sekadar beban kerja. Akademisi di masa mendatang diharapkan untuk memfokuskan perhatian mereka pada faktor-faktor ini.