

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **5.1 Kesimpulan**

1. Stres Kerja yang dialami oleh perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Haji Medan tergolong dalam kategori berat dengan persentase sebesar 76,1%. Kelelahan kerja perawat di ruang rawat inap tersebut termasuk dalam kategori tinggi, mencapai 94,0%. Situasi ini menunjukkan bahwa perawat di Ruang Rawat Inap Rumah Sakit Umum Haji Medan mengalami kelelahan akibat tuntutan kerja yang mengharuskan mereka selalu siaga. Kondisi tersebut berkontribusi terhadap stres kerja, yang diperburuk oleh tingginya beban pekerjaan. Akibatnya, perawat sulit untuk mengatur dan mengendalikan emosi mereka, terutama karena profesi ini menuntut standar profesionalitas yang tinggi.
2. Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti menyatakan bahwa stres kerja dengan kelelahan kerja terdapat hubungan yang signifikan dengan arah hubungan positif dan keeratan hubungan bahwa stres kerja berkaitan dengan kelelahan kerja seseorang dan hal ini dialami oleh perawat di ruang rawat inap rumah sakit umum haji medan.

#### **5.2 Saran**

1. Saran Akademis:

Berdasarkan temuan penelitian ini, penting bagi peneliti selanjutnya untuk memperdalam kajian tentang faktor-faktor penyebab stres dan kelelahan kerja di kalangan perawat. Penelitian lebih lanjut bisa mengeksplorasi variabel tambahan seperti dukungan sosial, manajemen waktu, serta intervensi

psikologis yang mungkin dapat memitigasi efek dari beban kerja yang tinggi. Selain itu, pendekatan longitudinal dapat digunakan untuk memantau dampak jangka panjang dari stres kerja dan kelelahan terhadap kinerja dan kesejahteraan perawat. Analisis komparatif antara ruang rawat inap dan departemen lain di rumah sakit juga dapat memberikan wawasan yang lebih luas mengenai kondisi kerja di berbagai unit pelayanan.

## 2. Saran Praktis:

Manajemen rumah sakit perlu segera mengimplementasikan program untuk mengurangi tingkat stres dan kelelahan perawat. Salah satu langkah praktis yang dapat dilakukan adalah penyusunan jadwal kerja yang lebih fleksibel dan penerapan sistem rotasi shift untuk mengurangi kelelahan fisik. Program pelatihan manajemen stres dan peningkatan kesejahteraan mental juga dapat membantu perawat dalam menghadapi tekanan kerja sehari-hari. Selain itu, manajemen harus mempertimbangkan peningkatan jumlah tenaga perawat di ruang rawat inap guna mengurangi beban kerja yang berlebihan serta memberikan waktu istirahat yang lebih memadai bagi perawat..