

## **BAB 5**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Hasil penelitian yang diperoleh berhasil mengonfirmasi bahwa hipotesis penelitian diterima, yaitu ada hubungan tingkat stres kerja dengan performa perawat dalam memberikan asuhan keperawatan dengan korelasi yang kuat dengan arah korelasi negatif yang artinya semakin tinggi tingkat stres kerja maka performa perawat menurun.

- 1) Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar perawat rawat jalan mengalami stres kerja pada tingkat sedang hingga berat. Kondisi ini dipengaruhi oleh tingginya tuntutan pekerjaan, keterbatasan kontrol, dan beban profesionalisme yang berlebihan.
- 2) Sebagian besar perawat menunjukkan performa kerja kerja pada kategori kurang hingga cukup, sementara hanya sedikit yang mencapai performa baik. Hal ini menunjukkan bahwa stres kerja berpengaruh signifikan terhadap kualitas pelayanan keperawatan.
- 3) Hasil uji korelasi spearman menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dan negatif antara tingkat stres kerja dan performa perawat ( $r = -0.759$ ,  $p = 0.000$ ). Hal ini berarti semakin tinggi tingkat stres yang dialami perawat, semakin rendah pula performa mereka dalam memberikan asuhan keperawatan.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dari keterbatasan penelitian, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut

### 5.2.1 Bagi Akademis

Sebaiknya materi institusi pendidikan keperawatan perlu mengintegrasikan topik tentang manajemen stres kerja dan kesehatan mental tenaga kesehatan dalam kurikulum, baik teori maupun praktik. Dan mahasiswa di dorong untuk melakukan penelitian lanjutan tentang faktor-faktor psikososial dalam praktik keperawatan sehingga memperkaya referensi ilmiah keperawatan.

### 5.2.2 Bagi Praktis

#### 1) Bagi Pihak Manajemen Rumah Sakit

Institusi pelayanan kesehatan disarankan untuk memberikan perhatian lebih terhadap faktor stres kerja yang dialami oleh perawat. Penerapan program manajemen stres dan konseling dapat membantu perawat dalam menghadapi tekanan kerja sehari-hari.

#### 2) Bagi Profesi Keperawatan

Perawat diharapkan dapat lebih mengenali tanda-tanda stres yang dialaminya dan berupaya untuk mencari mekanisme coping yang sehat untuk menjaga performa kerja yang optimal.

### 3) Bagi Peneliti

Setelah dilakukan penelitian ini hendaknya penulis bisa mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh selama pendidikan dan dapat menambah wawasan khususnya tentang hubungan tingkat stres kerja dengan performa perawat.

### 4) Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat melibatkan lebih banyak responden dan mencakup variabel lain yang dapat mempengaruhi performa perawat, seperti motivasi kerja, beban kerja, dan dukungan sosial di lingkungan kerja.

