

BAB V

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan analisis data terkait tingkat stres perawat pelaksana di ruang Hemodialisa dengan penerapan EMDR *Butterfly Hug*, dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil kajian menunjukkan bahwa tingkat stres perawat di ruang hemodialisa RSUD Sumedang pada 2 responden ada pada tingkat stres sedang, dengan tipe stres yang dialami pada responden 1 yaitu stress fisik dan psikologis namun responden 2 mengalami ketiga tipe stres yaitu fisik, psikis dan sosial/perilaku.
2. Berdasarkan dari hasil identifikasi terkait masalah stres kerja pada perawat pelaksana di ruang hemodialisa dengan melakukan Teknik EMDR *Butterfly Hugs*, bahwa didapatkan hasil adanya penurunan tingkat stres kerja dari kedua responden tersebut yang mana skor awal pada responden 1 yaitu 34 poin yang mana termasuk pada rentang stres sedang dengan nilai akhir setelah diberikan intervensi menjadi 29 poin (stres ringan). Sedangkan pada responden ke 2 mengalami penurunan yang cukup signifikan dari 38 menjadi 27 poin (stres sedang menjadi stres ringan). Oleh karena itu dapat disimpulkan pemberian intervensi EMDR *Butterfly Hug* ini berpengaruh pada kedua responden.
3. Hasil dari analisis SWOT bahwa masalah tersebut masuk dalam kuadran I (positif-positif) hal ini menandakan bahwa memiliki peluang dan kekuatan sehingga dapat memanfaatkan hal tersebut dalam meningkatkan kualitas.

strategi yang harus diterapkan adalah mendukung kebijakan pertumbuhan yang agresif (*growth oriented strategy*) artinya ada dalam kondisi prima sehingga sangat dimungkinkan untuk terus melakukan ekspansi, memperbesar pertumbuhan dan meraih kemajuan secara maksimal.

5.2 Saran

Adapun beberapa saran yang bisa menjadi bahan pertimbangan bagi pihak-pihak terkait dalam penerapan EMDR *Butterfly Hug* terhadap Tingkat stres kerja diantaranya :

1. Bagi Rumah Sakit

Diharapkan kepala RSUD Sumedang memperhatikan kesejahteraan pegawai dan ketersediaan sarana prasarana yang memadai dalam mendukung kinerja perawat selain itu memberikan fasilitas *self healing* bagi para pegawai khususnya bagi perawat.

2. Bagi perawat

Diharapkan mampu menjadi salah satu alternatif *self healing* yang mampu dilakukan dengan mudah dalam mengatsi stres saat bekerja.

3. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan lebih banyak lagi penelitian terkait efektivitas EMDR terhadap stres kerja perawat.