

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 42 tenaga kesehatan di Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUD Kota Bandung, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar tenaga kesehatan di Instalasi Bedah Sentral (IBS) RSUD Kota Bandung menggunakan tipe strategi koping *Problem-Focused Coping* sebanyak 29 orang (69%), yaitu strategi yang berfokus pada pemecahan masalah melalui tindakan aktif seperti berdiskusi dengan rekan kerja, berkonsentrasi penuh saat bekerja, dan menjaga pola hidup yang sehat.
2. Tingkat stres kerja pada tenaga kesehatan di Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Bandung bervariasi, dengan sebagian besar responden mengalami stres kerja dalam kategori sedang sebanyak 20 responden (47,6%). Stres kerja yang dialami dipengaruhi oleh tuntutan kerja yang tinggi, beban tanggung jawab, serta dinamika kerja di lingkungan ruang bedah yang kompleks dan berisiko tinggi.
3. Terdapat pengaruh yang signifikan antara strategi koping dengan tingkat stres kerja pada tenaga kesehatan di Instalasi Bedah Sentral RSUD Kota Bandung, berdasarkan hasil uji statistik Chi-Square dengan nilai signifikansi ($p = 0,015$). Responden yang menerapkan strategi *problem-focused coping* lebih cenderung mengalami stres ringan, sementara responden yang menggunakan *emotion-focused coping* cenderung mengalami stres berat.

5.2 Saran

1. Bagi Manajemen Rumah Sakit
Disarankan agar tenaga kesehatan dapat mengembangkan kemampuan dalam menerapkan strategi koping berfokus pada masalah (*Problem-*

Focused Coping) untuk menghadapi tuntutan kerja yang tinggi. Membuka ruang diskusi atau konseling dengan rekan sejawat atau tenaga profesional kesehatan jiwa guna mengelola stres secara adaptif.

2. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan disarankan untuk meningkatkan kesadaran diri terhadap pentingnya penggunaan strategi koping yang adaptif, khususnya strategi *problem-focused coping*, dalam menghadapi tekanan kerja di lingkungan IBS. Kegiatan refleksi, pelatihan manajemen stres, dan komunikasi yang terbuka antar rekan kerja dapat menjadi langkah awal untuk meningkatkan kapasitas koping yang efektif.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat memperluas variabel penelitian dengan memasukkan faktor-faktor lain seperti beban kerja, dukungan organisasi, dan faktor kepribadian. Disarankan menggunakan desain longitudinal agar dapat melihat perkembangan koping dan stres kerja secara dinamis dalam jangka waktu tertentu.