

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian yang berjudul Hubungan Stres Kerja, Efikasi Diri, dan Keterikatan Kerja dengan Kejadian *Burnout* Pada Perawat di RSUD Majalaya Tahun 2024, ini didapati kesimpulan sebagai berikut ini :

1. Distribusi frekuensi *burnout* pada perawat di RSUD Majalaya tahun 2024 menunjukkan hasil bahwa sebagian besar perawat memiliki *burnout* tinggi.
2. Distribusi frekuensi stres kerja pada perawat di RSUD Majalaya tahun 2024 menunjukkan hasil bahwa sebagian besar perawat memiliki stres kerja tinggi.
3. Distribusi frekuensi efikasi diri pada perawat di RSUD Majalaya tahun 2024 menunjukkan hasil yang seimbang, dimana sebagian perawat memiliki efikasi diri rendah, begitu pula dengan sebagian perawat lainnya memiliki efikasi diri tinggi.
4. Distribusi frekuensi keterikatan kerja pada perawat di RSUD Majalaya tahun 2024 menunjukkan hasil bahwa sebagian besar perawat memiliki keterikatan kerja tinggi.
5. Terdapat hubungan antara stres kerja dengan *burnout* pada perawat di RSUD Majalaya tahun 2024.
6. Terdapat hubungan antara efikasi diri dengan *burnout* pada perawat di RSUD Majalaya tahun 2024.
7. Tidak terdapat hubungan antara keterikatan kerja dengan *burnout* pada perawat di RSUD Majalaya tahun 2024.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian yang berjudul Hubungan Stres Kerja, Efikasi Diri, dan Keterikatan Kerja dengan Kejadian *Burnout* Pada Perawat di RSUD Majalaya Tahun 2024, ini didapati saran sebagai berikut ini :

- 1. Bagi Perawat di RSUD Majalaya**

Bagi perawat yang ada di RSUD Majalaya diharapkan untuk dapat mengelola emosi dengan baik, selalu berfikir positif dan yakin dengan kemampuan yang dimiliki. Serta meningkatkan interaksi sesama rekan kerja dan tidak segan untuk meminta pertolongan atau dukungan kepada rekan kerja jika terdapat tugas yang dianggap terlalu sulit dikerjakan sendiri ataupun sekadar meminta dukungan dorongan secara emosi. Selain itu perawat juga disarankan untuk mengikuti pelatihan manajemen stres dan mengikuti pelatihan atau workshop guna meningkatkan efikasi diri.

2. Bagi RSUD Majalaya

Guna menindak lanjuti permasalahan *burnout*, rumah sakit diharapkan untuk mengadakan kegiatan *workshop* guna meningkatkan dan meyakinkan kemampuan perawat dalam menjalankan tugasnya, dikarenakan jika perawat memiliki efikasi diri yang tinggi atau keyakinan akan kemampuan yang dimilikinya kemungkinan untuk mengurangi stres kerja pada perawat, serta mengurangi resiko mengalami kejadian *burnout*. *Workshop* merupakan salah satu alternatif strategi yang bisa digunakan untuk mengatasi permasalahan yang ada pada perawat di RSUD Majalaya.

3. Bagi Prodi S1 Kesehatan Masyarakat

Diharapkan laporan ini dapat menjadi salah satu tambahan informasi dan menjadi referensi kepustakaan. Serta bahan kajian pembelajaran pada pengembangan ilmu pengetahuan terkait kesehatan dan keselamatan kerja mengenai kejadian *burnout*.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan jika ingin melakukan penelitian serupa terkait kejadian *burnout* pada perawat sebaiknya meneliti faktor lain yang berpotensi dapat menyebabkan kejadian *burnout*, seperti beban kerja, lingkungan kerja, maupun karakteristik demografi yaitu usia, jenis kelamin, masa kerja, dan pendapatan.