

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan dukungan keluarga dengan burnout pada Perawat rawat inap di RSUD Welas Asih Provinsi Jawa Barat, maka diperoleh hasil kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebagian besar perawat pelaksana di ruang rawat inap RSUD Welas Asih Provinsi Jawa Barat memperoleh tingkat dukungan keluarga yang rendah, meskipun terdapat pula yang menerima dukungan sedang hingga tinggi.
2. Tingkat burnout yang dialami perawat pelaksana bervariasi, namun ditemukan bahwa hampir separuh dari mereka mengalami burnout pada tingkat yang tinggi, menunjukkan adanya tekanan kerja yang signifikan.
3. Terdapat hubungan yang kuat dan signifikan antara dukungan keluarga dan burnout pada perawat pelaksana, di mana semakin tinggi dukungan keluarga yang diterima, maka semakin rendah tingkat burnout yang dirasakan. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga merupakan faktor penting dalam menjaga kesehatan mental perawat di lingkungan kerja yang menuntut.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan manfaat penelitian yang diharapkan dan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka penelitian memberikan saran sebagai berikut :

##### **1. Bagi Manajemen Rumah Sakit**

Penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki peran penting dalam menurunkan tingkat burnout perawat. Oleh karena itu, manajemen rumah sakit diharapkan dapat memberikan perhatian lebih terhadap kesejahteraan psikologis perawat.

Saran yang dapat diterapkan antara lain pengaturan beban kerja yang proporsional, pemberian jadwal kerja yang adil, serta menciptakan lingkungan kerja yang suportif agar perawat tidak mengalami tekanan berlebihan yang dapat memicu burnout.

## **2. Bagi Perawat**

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan pemahaman perawat mengenai pentingnya dukungan keluarga dalam menjaga kesehatan mental. Perawat diharapkan memiliki kesadaran untuk menyeimbangkan pekerjaan dan kehidupan pribadi, serta menjaga hubungan harmonis dengan keluarga guna memperoleh dukungan emosional yang membantu dalam mengelola stres kerja.

## **3. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan**

Penelitian ini memberikan kontribusi edukatif bagi institusi pendidikan keperawatan dalam meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai faktor-faktor yang memengaruhi burnout. Materi pembelajaran dapat dikembangkan dengan menekankan pentingnya peran dukungan keluarga dalam kesejahteraan mental tenaga kesehatan.

## **4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian lebih lanjut yang mengeksplorasi faktor-faktor lain yang memengaruhi burnout, seperti kepuasan kerja, beban kerja, atau dukungan dari rekan sejawat dan atasan. Disarankan untuk melibatkan jumlah responden yang lebih besar, mencakup berbagai unit pelayanan, dan mempertimbangkan pendekatan kualitatif untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman perawat terkait burnout dan dukungan sosial.