

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **4.5 Simpulan**

1. Shift kerja pada penata anestesi di Instalasi Bedah Sentral RSUD Dr. Soekardjo Tasikmalaya sebagian besar berada dalam kategori tidak efektif yaitu 9 orang (69.2%). Hal ini dipengaruhi oleh jumlah tenaga kesehatan yang terbatas dalam satu shift terutama pada shift siang dan malam.
2. Shift kerja pada perawat bedah di Instalasi Bedah Sentral RSUD Dr. Soekardjo Tasikmalaya sebagian besar dalam kategori tidak efektif yaitu 20 orang (74.1%). Hal ini dipengaruhi oleh durasi shift yang disebabkan karena bekerja melebihi jam kerja yang telah ditentukan dan kurangnya waktu istirahat selama shift terutama saat menangani operasi tanpa jeda.

#### **4.6 Saran**

##### **1. Bagi tenaga kesehatan**

Hasil penelitian ini diharapkan tenaga kesehatan untuk lebih memperhatikan kebutuhan istirahat dan pemulihan diri, menjaga kondisi fisik melalui olahraga dan relaksasi, serta mengatur waktu pribadi dengan baik guna menjaga keseimbangan antara pekerjaan dan kesehatan.

##### **2. Bagi Rumah Sakit**

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi acuan dan bahan evaluasi dalam mengelola serta menyusun sistem shift kerja yang lebih efektif, menyediakan sistem rotasi shift yang lebih terstruktur, menjamin waktu istirahat yang cukup bagi tenaga kesehatan, serta menyiapkan satu orang tenaga kesehatan yang standby pada setiap shift, sebagai tenaga cadangan yang siap bila terjadi kondisi darurat.

##### **3. Bagi peneliti selanjutnya**

Penelitian selanjutnya disarankan agar mengeksplor lebih dalam faktor lain yang mungkin berpengaruh seperti jenis pekerjaan, masa kerja, beban kerja, lingkungan kerja dan keseimbangan kehidupan kerja