

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan pembahasan teori, hasil penelitian dan pengujian yang telah dilakukan antara beban kerja dan lingkungan terhadap tingkat stres kerja perawat maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Gambaran beban kerja dapat dilihat dari dimensi-dimensinya yang terdiri dari beban waktu, beban usaha mental, dan beban tekanan psikologis. Hal ini menunjukkan bahwa beban kerja perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi berada pada kategori tinggi. Dimensi beban usaha mental memiliki penilaian yang sangat tinggi, sedangkan yang terendah yaitu dimensi beban tekanan psikologis. Sehingga dapat disimpulkan bahwa beban kerja perawat Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi tinggi.
2. Gambaran mengenai lingkungan kerja dapat dilihat dari dimensi-dimensinya yaitu terdiri dari lingkungan kerja fisik dan lingkungan kerja non fisik. Hal ini menunjukkan bahwa lingkungan kerja Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi dapat dikatakan sangat kondusif. Dimensi lingkungan kerja fisik memiliki penilaian persepsi paling tinggi sedangkan dimensi lingkungan kerja non fisik memiliki penilaian persepsi paling rendah secara keseluruhan.
3. Gambaran mengenai stres kerja dapat dilihat dari dimensi-dimensinya yang terdiri dari tekanan kerja, konflik kerja dan ambiguitas peran berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa stres kerja perawat Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi dapat dikatakan tinggi sehingga perlu di kurangi dengan meringankan aspek beban kerja dan meningkatkan aspek kondisi lingkungan kerja agar pekerjaan terselesaikan lebih efektif dalam mencapai tujuan institusi. Dimensi tekanan kerja memiliki penilaian persepsi paling tinggi sedangkan dimensi ambiguitas peran memiliki penilaian persepsi paling rendah secara keseluruhan
4. Berdasarkan hasil penelitian menyatakan bahwa beban kerja berpengaruh terhadap stres kerja. Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah tingkat beban

kerja maka semakin rendah pula stres kerja perawat Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi.

5. Berdasarkan hasil penelitian menyatakan bahwa lingkungan kerja berpengaruh terhadap stres kerja perawat. Hal ini menunjukkan bahwa semakin kondusif lingkungan kerja, maka semakin rendah pula stres kerja perawat Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi.
6. Berdasarkan penelitian diatas menyatakan bahwa, beban kerja dan lingkungan kerja berpengaruh terhadap stres kerja perawat. Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah beban kerja dan semakin kondusif lingkungan kerja secara bersama-sama, maka semakin rendah tingkat stres kerja perawat Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, maka penulis merekomendasikan beberapa hal mengenai beban kerja, lingkungan kerja dan stres kerja yaitu sebagai berikut:

1. Beban kerja perawat Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi dapat dikurangi dengan meringankan beban usaha mental yang diberikan pada perawat, yaitu saat perawat merasa kesulitan berkonsentrasi dalam melakukan pekerjaan. Pekerjaan yang dikerjakan sesuai dengan latar belakang pendidikan yang dimiliki perawat sangat penting dalam mengurangi tingkat beban kerja pada perawat.
2. Lingkungan kerja Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi dapat ditingkatkan dengan meningkatkan kondisi lingkungan kerja fisik di Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi. Keadaan lingkungan kerja merupakan faktor yang cukup penting untuk menciptakan suasana kerja yang kondusif, diantaranya yaitu memperhatikan cahaya lampu di tempat kerja, adanya peralatan yang memadai, sehingga dapat terciptanya suasana kerja yang kondusif. Akan tetapi lingkungan kerja non fisik harus diperhatikan juga karena merupakan kelompok lingkungan kerja yang tidak bisa diabaikan dan berdasarkan hasil penelitian yang bersifat empirik mengenai lingkungan kerja pada Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi dihasilkan temuan bahwa dimensi yang terendah yaitu dimensi lingkungan kerja non fisik sehingga hal

ini perlu di perhatikan karena semua keadaan yang terjadi dalam lingkungan kerja non fisik berkaitan dengan hubungan kerja, yaitu hubungan dengan atasan, rekan kerja, maupun dengan bawahan agar terciptanya suasana kerja yang kondusif.

3. Stres kerja perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi dapat di kurangi dengan meringankan aspek ambiguitas peran, dengan cara menguasai pekerjaan yang diberikan oleh atasan, menguasai tugas yang harus dikerjakan dan selalu mengikuti perintah kerja dari atasan, sehingga pekerjaan terselesaikan lebih efektif dalam mencapai tujuan institusi pelayanan kesehatan. Ambiguitas peran dapat muncul disebabkan kurangnya informasi atau karena tidak adanya informasi sama sekali atau informasinya tidak disampaikan kepada individu mengenai pekerjaannya.
4. Hasil penelitian menyatakan bahwa beban kerja berpengaruh terhadap stres kerja, sehingga penulis merekomendasikan agar institusi pelayanan kesehatan memperhatikan beban kerja perawat dengan meringankan beban waktu, beban usaha mental dan beban tekanan psikologis sesuai kebutuhan institusi agar dapat menurunkan tingkat stres kerja yang dirasakan oleh perawat.
5. Hasil penelitian menyatakan bahwa lingkungan kerja berpengaruh terhadap stres kerja. Lingkungan kerja yang baik salah satu cara untuk mengurangi dan menciptakan kenyamanan perawat dalam bekerja. Lingkungan kerja diidentifikasi sebagai faktor terpenting yang mempengaruhi stres kerja pada perawat. Dengan demikian penulis merekomendasikan kepada institusi pelayanan kesehatan untuk terus meningkatkan lingkungan kerja fisik dan lingkungan kerja non fisik agar terciptanya lingkungan kerja yang kondusif.
6. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa beban kerja dan lingkungan kerja secara bersama-sama berpengaruh pada stres kerja. Lingkungan kerja yang kurang kondusif juga bisa mempengaruhi tingkat stres pekerjaan. Dengan demikian penulis merekomendasikan agar suatu institusi pelayanan kesehatan terus meningkatkan dan memperhatikan dengan baik beban kerja ataupun lingkungan kerja agar dapat mengurangi dan menurunkan tingkat stres kerja yang dirasakan oleh perawat.

7. Adapun kelemahan dalam penelitian ini yaitu dalam pengambilan sampel yang masih terbatas hanya pada satu gedung D saja di Rumah Sakit Umum Daerah Cibabat Cimahi. Dengan demikian penulis merekomendasikan pada peneliti selanjutnya untuk pengambilan sampel tidak hanya dilakukan pada satu gedung saja dan adapun kelemahan lain dalam penelitian ini yaitu data fenomena masalah dari variabel beban kerja dan lingkungan kerja masih belum lengkap sehingga untuk peneliti selanjutnya diharapkan dapat melengkapi dan menambah data fenomena masalah pada penelitian selanjutnya.