

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Gambaran beban kerja mental dan stres kerja tenaga kesehatan garda terdepan pada masa pandemi COVID-19 menunjukkan bahwa beban kerja mental tenaga kesehatan secara umum meningkat. Beban kerja mental tertinggi dialami oleh perawat dibandingkan tenaga kesehatan lain seperti dokter, teknisi medis, petugas lab/radiologi. Perawat memiliki beban kerja mental paling tinggi dikarenakan perawat memiliki tugas dalam penanganan langsung terhadap pasien yang dituntut untuk dapat berkomunikasi dengan baik dengan keluarga maupun pasien di saat kritis selama masa pandemi COVID-19. Perawat juga diharuskan memberi pelayanan secara psikologis terhadap pasien seperti memotivasi kesembuhan pasien terkonfirmasi. Beban kerja mental pada perawat selama pandemi COVID-19 dipengaruhi pula oleh durasi kerja shift malam, tipe pekerjaan, area kerja, tingkat pendidikan dan frekuensi langsung dalam berkontak dengan pasien terkonfirmasi COVID-19.

Secara keseluruhan, stres kerja meningkat pada tenaga medis garda terdepan. Stres kerja terberat dialami oleh perawat dibandingkan tenaga kesehatan lain seperti dokter, paramedis, petugas lab, petugas radiologi dan teknisi medis. Perawat memiliki intensitas yang lebih tinggi berkontak langsung dengan pasien terkonfirmasi COVID-19 daripada dokter. Stres kerja yang meningkat pada perawat disebabkan juga oleh kurangnya kemampuan untuk pengambilan keputusan klinis dalam penanganan pasien terkonfirmasi.

Penyebab terjadinya peningkatan antara beban kerja mental dan stres kerja pada tenaga kesehatan di masa pandemi COVID-19 memiliki kesamaan antara lain : rasa tidak nyaman menggunakan Alat Pelindung Diri (APD) dalam waktu yang lama, ketakutan menjadi *carrier* bagi kerabat dan keluarga, serta kekhawatiran terinfeksi virus COVID-19 itu sendiri.

## V.2 Saran

### V.2.1 Bagi Rumah Sakit

1. Rumah sakit diharapkan memperhatikan ketersediaan APD untuk para tenaga kesehatan yang bekerja guna melindungi tenaga kesehatan dari paparan COVID-19.
2. Rumah sakit juga dapat menyediakan layanan konseling bagi tenaga kesehatan garda terdepan atau dapat pula menyediakan jadwal rutin untuk relaksasi yang dibimbing oleh profesional agar dapat mengurangi tingkat stres yang dialami.
3. Rumah sakit juga dapat mengadakan seminar ataupun update informasi terkini terkait COVID-19 khususnya kepada perawat sehingga mereka dapat lebih percaya diri lagi dalam bekerja dan diharapkan dapat mengurangi tingkat stres kerja mereka.
4. Rumah sakit diharapkan lebih memerhatikan dampak stres kerja dan juga beban kerja mental tenaga kesehatan baik secara fisiologis maupun biologis yang dapat merugikan tenaga kesehatan itu sendiri dan menghindari terjadinya human error.
5. Rumah sakit dapat mengambil langkah untuk rotasi jam kerja yang lebih baik ataupun pengurangan durasi shift kerja untuk mengurangi beban kerja mental tenaga kesehatan.

### V.2.1 Bagi Pemerintah

Pemerintah juga dirasa perlu untuk memberikan intensif yang sepadan dengan beban kerja mental serta stres kerja yang tinggi yang dialami oleh tenaga kesehatan garda terdepan dan pemberiannya pun disalurkan dengan jelas agar lebih tepat sasaran dan sampai kepada tenaga kesehatan tanpa adanya potongan.

### **V.2.1 Bagi Peneliti Lain**

1. Untuk penelitian di masa mendatang penelitian dapat dilakukan pada sampel yang lebih spesifik.
2. Penelitian dapat dicari kembali dampak apa saja yang muncul akibat pandemi COVID-19 terkait kesehatan kerja tenaga kesehatan garda terdepan.
3. Peneliti selanjutnya juga dapat menambahkan variabel lain sebagai pembanding.