

## **BAB V**

### **PENUTUP**

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

Berdasarkan hasil temuan penelitian terhadap 34 responden yang berjudul “Hubungan *self compassion* dengan tingkat stres pada perawat IGD di RSUD Tarakan Jakarta”, dapat disimpulkan sesuai dengan tujuan penelitian sebagai berikut:

- a. Gambaran karakteristik 34 responden perawat didominasi oleh perawat berjenis kelamin laki-laki, perawat usia 30 sampai 40 tahun, perawat dengan tingkat pendidikan Diploma III, perawat dengan pengalaman lama bekerja di ruang IGD lebih dari 10 tahun, perawat dengan status pernikahan menikah, dan perawat yang pernah mengikuti pelatihan dasar kegawatdaruratan.
- b. Gambaran tingkat *self compassion* perawat IGD paling banyak dalam kategori tinggi.
- c. Gambaran tingkat stres pada perawat IGD paling banyak dalam kategori sedang.
- d. Pada analisa bivariat tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self compassion* dengan tingkat stres yang memiliki nilai p sebesar 0,439 ( $p > 0,05$ ).

#### **V.2 Saran**

Berikut ini beberapa saran yang dapat dijadikan sebagai perbaikan yaitu :

- a. Bagi Institusi Pendidikan

Universitas/Institusi dapat menjadikan temuan dari penelitian ini menjadi sumber rujukan bagi institusi keperawatan terkait hubungan *self compassion* dengan tingkat stres pada perawat IGD.

- b. Bagi Penelitian

Diperlukan lebih banyak lagi sampel penelitian agar hasil penelitian lebih optimal dalam memberikan gambaran sebagai bentuk upaya

peningkatan *self compassion* perawat, serta upaya untuk meminimalisir tingkat stres bagi perawat IGD.

c. Bagi Lahan Penelitian

Dalam hal ini, khususnya rumah sakit yang memiliki wewenang secara penuh dalam peningkatan *self compassion* perawat dan upaya menurunkan tingkat stres anggota organisasi, sehingga organisasi dapat lebih mengantisipasi dengan merancang program yang dapat meningkatkan *self compassion* bagi tiap individu yang ada didalamnya agar pelayanan yang diberikan kepada pasien lebih maksimal.