

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian dengan judul “Perbandingan Kesejahteraan Psikologis antara Perawat Rawat Inap PNS dan Non PNS Di RSUD Pasar Rebo Tahun 2025” dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Berdasarkan hasil analisis univariat ditemukan mayoritas responden dengan status PNS berada pada kategori usia dewasa paruh baya awal (53%), berjenis kelamin perempuan (80%), dan berstatus menikah (92%) sedangkan mayoritas responden dengan status non-PNS berada pada kategori usia dewasa muda (60%), berjenis kelamin perempuan (74,4%), dan berstatus menikah (78,9%).
- b. Berdasarkan hasil analisis univariat, kesejahteraan psikologis perawat secara umum berada pada tingkat sedang hingga tinggi. Skor total kesejahteraan psikologis memiliki nilai rerata sebesar 84,95 dengan standar deviasi 8,840, serta berada pada rentang skor 62–103, yang menunjukkan adanya variasi tingkat kesejahteraan psikologis antarresponden.
- c. Berdasarkan hasil analisis bivariat untuk mengetahui hubungan karakteristik sosiodemografi dengan kesejahteraan psikologis, tidak ditemukan variabel yang berhubungan dengan kesejahteraan psikologis.
- d. Berdasarkan hasil analisis bivariat ditemukan perbedaan kesejahteraan psikologis antara perawat PNS dengan non-PNS yang dibuktikan dengan uji *Independent T-test* dengan nilai $p \text{ sig (2-tailed)} = 0,035$.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Responden

- a. Meningkatkan kesadaran akan pentingnya kesejahteraan psikologis khususnya dalam mengenali gejala stres atau kelelahan emosional.

- b. Dapat membuat rencana karir yang sederhana seperti target kompetensi yang ingin dicapai, agar perawat tidak beranggapan jika pekerjaan hanya sebagai rutinitas saja.
- c. Menerapkan strategi pengelolaan stres dengan istirahat yang cukup, melakukan aktivitas fisik di luar jam kerja, menjaga pola tidur, dan melakukan kegiatan yang digemari di luar pekerjaan.
- d. Menjalin hubungan yang baik di lingkungan kerja dengan saling berbagi pengalaman atau dukungan untuk mengurangi beban psikologis akibat tekanan kerja.

V.2.2 Bagi Rumah Sakit

- a. Diharapkan dapat meningkatkan lingkungan kerja yang kondusif dan inklusif dengan memberikan perlakuan yang adil kepada seluruh perawat baik PNS dan non-PNS dalam hal kesempatan pengembangan diri dan pemberian penghargaan.
- b. Menyediakan dukungan psikologis seperti program manajemen stres, konseling, atau kegiatan promotif yang berkaitan dengan kesehatan mental.

V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Diharapkan dapat melakukan penelitian dengan menggabungkan pendekatan kuantitatif dan kualitatif, khususnya dengan wawancara mendalam untuk menggali pengalaman yang lebih subjektif terkait kesejahteraan psikologis pekerja.
- b. Diharap meneliti variabel lain yang mungkin berhubungan dengan kesejahteraan psikologis untuk mengetahui variabel apa saja yang memiliki hubungan dengan kesejahteraan psikologis.