

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

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

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa:

- a. Tenaga kesehatan yang bekerja di RSJ Dr. Soeharto Heerdjan paling banyak memiliki tingkat stres normal, tingkat depresi normal, tingkat kecemasan normal, bekerja  $\leq 8$  jam, bekerja pada shift pagi, dan pada *burnout* kategori tidak perlu khawatir.
- b. Terdapat hubungan yang bermakna / signifikan antara stres dan *burnout* pada lima tenaga kesehatan yang berbeda di lingkungan Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan di era jaminan kesehatan nasional.
- c. Terdapat hubungan yang bermakna / signifikan antara depresi dan *burnout* pada lima tenaga kesehatan yang berbeda di lingkungan Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan di era jaminan kesehatan nasional
- d. Terdapat hubungan yang bermakna / signifikan antara stres dan *burnout* pada lima tenaga kesehatan yang berbeda di lingkungan Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan di era jaminan kesehatan nasional
- e. Tidak terdapat hubungan yang bermakna / signifikan antara lama kerja dan *burnout* pada lima tenaga kesehatan yang berbeda di lingkungan Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan di era jaminan kesehatan nasional.
- f. Tidak terdapat hubungan yang bermakna / signifikan antara shift kerja dan *burnout* pada lima tenaga kesehatan yang berbeda di lingkungan Rumah Sakit Jiwa Dr. Soeharto Heerdjan di era jaminan kesehatan nasional.

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

##### **V.2.1 Bagi Responden**

- a. Responden diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai gejala dan tanda *burnout* sehingga dapat diatasi lebih dini.

- b. Sebaiknya responden memanfaatkan waktu istirahat sebaik mungkin, dan bisa mengatur sendiri waktu istirahat dan waktu tidur untuk meminimalisir terjadinya *burnout*.

### **V.2.2 Bagi Rumah Sakit**

- a. Mengadakan pelatihan untuk tenaga kesehatan agar lebih terampil dalam bekerja dan mengadakan kegiatan rekreasi untuk tenaga kesehatan agar stres dalam pekerjaan dapat dihindarkan.
- b. Melakukan intervensi atau skrining berkala oleh pihak rumah sakit.
- c. Menyediakan fasilitas konsultasi untuk tenaga kesehatan yang mengalami *burnout*.

### **V.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

- a. Penelitian ini dapat dikembangkan menjadi penelitian lanjutan menggunakan metode lain, seperti kohort sehingga peneliti bisa meneliti secara langsung faktor-faktor yang memengaruhi *burnout*.
- b. Penelitian lanjutan diharapkan dapat meneliti faktor lain yang tidak diteliti pada penelitian ini.

