

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan keseluruhan rangkaian yang meliputi tahap pengkajian, analisis data, serta implementasi *Emotional Freedom Technique* (EFT) dan *The Nine Gamuts* pada perawat Ruang Tulip dan Anggrek RSUD Pasar Minggu, diperoleh hasil bahwa intervensi EFT mampu menurunkan tingkat *burnout* perawat. Pada evaluasi awal, 3 perawat (42,9%) berada pada kategori *burnout* tinggi, sedangkan 4 perawat (57,1%) lainnya berada pada kategori *burnout* rendah.

Intervensi *Emotional Freedom technique* (EFT) dilaksanakan dalam tiga sesi, masing-masing berdurasi kurang lebih 10 menit. Evaluasi dilakukan pada sesi terakhir untuk membandingkan rata-rata skor sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Hasil menunjukkan adanya penurunan skor yang cukup signifikan, yaitu dari rata-rata *pre-test* sebesar 79,43 menjadi 63,14 pada *post-test*, dengan selisih penurunan sebesar 16,29. Setelah intervensi EFT diberikan selama tiga hari berturut-turut, dengan satu sesi per hari berdurasi kurang lebih 10 menit, seluruh perawat menunjukkan penurunan skor *burnout* dan berada pada kategori *burnout* rendah. Temuan ini memberikan bukti bahwa penerapan EFT efektif dalam menurunkan tingkat stres kerja pada perawat. Uji *paired sample t-test* menghasilkan nilai *p value* < 0,001 sehingga dapat disimpulkan bahwa *Emotional Freedom Technique* (EFT) dan *The Nine Gamuts* memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan tingkat *burnout* pada perawat.

V.2 Saran

a. Aplikatif

Intervensi EFT dan *The Nine Gamuts* direkomendasikan sebagai salah satu teknik yang dapat diterapkan dalam praktik keperawatan untuk membantu mengurangi bahkan mengatasi *burnout* yang dialami perawat.

b. Keilmuan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan dalam pengembangan pengetahuan mengenai *burnout* pada perawat serta penggunaan EFT dan *The Nine Gamuts* sebagai salah satu strategi penanganannya.

c. Pengembangan Penelitian

Studi ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya yang berfokus pada *burnout* perawat dan efektivitas intervensi EFT dan *The Nine Gamuts* dalam konteks yang lebih luas.