

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Penelitian tentang pengaruh beban kerja, dukungan sosial dan *self efficacy* terhadap *burnout* pada perawat instalasi rawat inap di RSUD Haji Medan memperoleh kesimpulan berikut:

1. Variabel beban kerja (X_1) berpengaruh positif dan signifikan terhadap *burnout* (Y) pada perawat instalasi rawat inap di RSUD Haji Medan. Ini mengartikan hipotesis 1 yang dirumuskan penulis, sudah diuji serta teruji bisa diterima kebenarannya.
2. Variabel dukungan sosial (X_2) berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *burnout* (Y) pada perawat instalasi rawat inap di RSUD Haji Medan. Hal ini mengartikan hipotesis 2 yang dirumuskan penulis, sudah diuji serta teruji bisa diterima kebenarannya.
3. Variabel *self efficacy* (X_3) berpengaruh negatif dan signifikan terhadap *burnout* (Y) pada perawat instalasi rawat inap di RSUD Haji Medan. Hal ini menyatakan hipotesis 3 yang dirumuskan penulis, telah diuji dan terbukti dapat diterima kebenarannya.
4. Dari hasil uji F bahwa beban kerja, dukungan sosial dan *self efficacy* secara simultan (bersama-sama) berpengaruh positif dan signifikan terhadap *burnout* pada perawat instalasi rawat inap di RSUD Haji Medan.

5.2 Saran

Berlandaskan penelitian yang sudah dilaksanakan, maka guna mengatasi serta meminimalkan *burnout* pada perawat instalasi rawat inap di RSUD Haji Medan, disarankan hal berikut:

1. Beban Kerja (X_1). Pihak rumah sakit lebih memperhatikan lagi porsi beban kerja dengan jumlah perawat terkhusus ruangan yang mempunyai kapasitas pasien yang lebih banyak, supaya ada keseimbangan antara jumlah perawat yang bekerja dengan jumlah pasien yang dirawat.
2. Dukungan Sosial (X_2). Kepala ruangan sebaiknya dapat berhubungan dengan baik, berkomunikasi dengan baik seperti meminta pendapat dan memberikan feedback kepada perawat. Dan perawat disarankan bisa lebih mempunyai rasa saling peduli, memahami serta menghargai satu sama lain antara sesama perawat maupun kepada atasan sehingga terciptalah kepedulian serta dukungan sosial yang bersumber dari rekan kerja maupun atasan. Perawat juga diharapkan menjalin komunikasi serta hubungan baik kepada keluarga masing-masing sehingga dukungan sosial yang bersumber dari keluarga dapat terpenuhi.
3. *Self efficacy* (X_3). Pihak rumah sakit diharapkan memberikan dukungan, bimbingan, dan arahan kepada setiap perawat untuk menghadapi tantangan pekerjaan dengan percaya diri dalam bidang yang sesuai dengan kemampuan mereka. Selain itu, perawat disarankan untuk mempertahankan atau meningkatkan *self efficacy* agar dapat mengurangi kemungkinan munculnya gejala *burnout*. Caranya adalah dengan belajar

dari keberhasilan orang lain, memanfaatkan pengalaman dari penugasan sebelumnya, dan berusaha menghadapi tugas-tugas yang sulit dan rumit untuk menilai tingkat kemampuan. Selain itu, perawat juga diharapkan memiliki pikiran positif tentang diri sendiri, yakin bahwa mereka mampu mencapai prestasi, dan selalu bertekad mencapai tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya.

4. Penelitian ini mempunyai keterbatasan, terkhusus terkait dengan pengambilan data dikarenakan adanya kemungkinan responden memberikan jawaban yang kurang sesuai pada situasi sebenarnya. Oleh karena itu, peneliti selanjutnya disarankan bisa mengatasi kelemahan ini. Selain itu, untuk peneliti selanjutnya juga disarankan agar memperluas ruang lingkup penelitian dengan mempertimbangkan faktor lain yang berpotensi memengaruhi tingkat *burnout*.