

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan penelitian, maka didapat beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Strategi penanggulangan stres (*coping stress*) yang digunakan oleh sebagian besar (85%) perawat OK di rumah sakit “X” Bandung adalah strategi penanggulangan stres yang berpusat pada masalah (*problem focused coping*) dan strategi penanggulangan stres yang berpusat pada emosi (*emotion focused coping*) secara seimbang.
2. Pada strategi penanggulangan stres yang berpusat pada masalah, para perawat OK cenderung menggunakan dimensi *planful problem solving* (67%), sedangkan pada strategi penanggulangan stres yang berpusat pada emosi, para perawat OK cenderung menggunakan dimensi *positive reappraisal* (75%).
3. Selain itu ada juga para perawat OK (15%) yang lebih sering menggunakan strategi penanggulangan stres yang berpusat pada masalah (*problem focused coping*). Para perawat OK ini cenderung menggunakan dimensi *planful problem solving* (100%).
4. Strategi penanggulangan stres yang digunakan oleh para perawat OK didukung oleh sumber daya dalam diri yang mereka miliki terutama keterampilan sosial, dan sumber daya dari luar yaitu dukungan sosial.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti merasa perlu mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat bermanfaat bagi penelitian selanjutnya. Saran tersebut adalah :

5.2.1 Saran ilmiah

1. Melakukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah sampel lebih banyak/dari beberapa rumah sakit, sehingga diharapkan dapat diperoleh hasil penelitian yang lebih lengkap mengenai strategi penanggulangan stres pada para perawat OK.

2. Melakukan penelitian lebih lanjut dengan menambahkan variabel keterampilan sosial dan atau dukungan sosial, serta melakukan penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas strategi penanggulangan stres yang digunakan oleh para perawat OK untuk menanggulangi masalah dalam melaksanakan tugasnya di rumah sakit.

3. Melakukan penelitian lebih lanjut dengan melihat keterkaitan antara strategi penanggulangan stres dengan usia/status pernikahan/lama bekerja.

5.2.2 Saran praktis

1. Kepada pihak rumah sakit “X” Bandung, terutama Kepala Instalasi Rawat Inap/Kairna serta penanggungjawab OK, agar dapat menciptakan suasana kerja dengan komunikasi yang lebih terbuka, lebih saling mendukung, baik antara perawat OK dengan atasan maupun antar sesama perawat OK. Hal tersebut diharapkan dapat mendukung para perawat OK dalam menanggulangi masalah pekerjaan.

2. Kepada pihak rumah sakit “X” Bandung, terutama Kepala Instalasi Rawat Inap/Kairna serta penanggungjawab OK, agar mengadakan pelatihan mengenai strategi penanggulangan stres pada perawat OK.

3. Kepada pihak rumah sakit “X” Bandung, agar menambah fasilitas dan jaminan yang menunjang terhadap para karyawannya terutama para perawat OK.

4. Kepada para perawat OK di rumah sakit “X” Bandung, agar berusaha untuk dapat lebih memahami strategi penanggulangan stres yang digunakan sehingga diharapkan dapat melakukan tindakan yang lebih efektif sesuai dengan situasi yang ada.