

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap dokter jaga UGD di Rumah Sakit “X” di Cimahi, dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kebanyakan dokter jaga UGD Rumah Sakit “X” di Cimahi, yaitu sebesar 46,9% menggunakan kedua jenis strategi penanggulangan stres secara seimbang. Bentuk yang paling sering dilakukan adalah *planfull problem solving*, *self control*, *seeking social support*, dan *positif reappraisal*.
2. Sebanyak 43,8% dokter jaga UGD menggunakan strategi penanggulangan stres yang cenderung terfokus pada emosi. Bentuk yang paling sering dilakukan adalah *positif reappraisal*.
3. Sebanyak 9,4% dokter jaga UGD menggunakan strategi penanggulangan stres yang cenderung terfokus pada masalah. Bentuk yang paling sering dilakukan adalah *planfull problem solving* dan *confrontative coping*.
4. Dokter jaga UGD Rumah Sakit “X” di Cimahi yang mengalami derajat stres tinggi 50% diantaranya menggunakan strategi penanggulangan stres yang cenderung terfokus pada emosi. Sebanyak 45,5% dan 66,7% dokter jaga UGD yang mengalami derajat stres moderat dan rendah menggunakan kedua jenis strategi penanggulangan stres secara seimbang.

5. Faktor-faktor lain yang cukup berkontribusi terhadap penggunaan strategi penanggulangan stres adalah kondisi kesehatan, pengalaman mengikuti pelatihan, serta keterampilan dan dukungan sosial.

5.2 Saran

Dari hasil penelitian tersebut, peneliti mengajukan beberapa saran yang diharapkan dapat berguna, yaitu sebagai berikut:

5.2.1 Saran Bagi Penelitian Lanjutan

1. Disarankan untuk meneliti mengenai keefektifan dari strategi penanggulangan stres sehingga diperoleh gambaran mengenai strategi penanggulangan stres yang efektif bagi dokter jaga UGD.
2. Disarankan untuk meneliti seberapa kuat kontribusi derajat stres, kondisi kesehatan, pengalaman mengikuti pelatihan, serta keterampilan dan dukungan sosial terhadap penggunaan strategi penanggulangan stres, sehingga diperoleh gambaran yang jelas tentang kontribusi faktor-faktor tersebut terhadap penggunaan strategi penanggulangan stres.

5.2.2 Saran Bagi Kegunaan Praktis

1. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan informasi bagi dokter jaga UGD, sehingga dokter jaga UGD dapat lebih memahami mengenai strategi penanggulangan stres yang saat ini digunakan.
2. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi informasi sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun ketetapan mengenai tugas jaga UGD pada Rumah Sakit "X" di Cimahi.

3. Diharapkan pihak rumah sakit dapat memberikan pelatihan yang dapat mengembangkan keterampilan pada dokter jaga UGD, sehingga dokter jaga UGD yang menggunakan strategi penanggulangan stres yang cenderung terfokus pada emosi dapat meningkatkan penggunaan strategi penanggulangan stres yang terfokus pada masalah.