

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan pengolahan data dan pembahasan hasil, dapat ditarik beberapa kesimpulan mengenai derajat stres pada perawat di Rumah Sakit Ridogalih, yaitu:

1. Sebanyak 16 orang dari populasi perawat sebesar 53,33% perawat mengalami stres rendah di rumah sakit Ridogalih . Faktor yang memiliki kaitan yaitu dukungan sosial rekan kerja, keluarga, dan *hardiness*.
2. Sebanyak 7 orang dari populasi perawat sebesar 23,33% perawat mengalami stres moderat di rumah sakit Ridogalih. Faktor yang memiliki kaitan yaitu dukungan sosial keluarga..
3. Sebanyak 7 orang dari populasi perawat sebesar 23,33% perawat mengalami stres tinggi di rumah sakit Ridogalih. Faktor yang memiliki kaitan yaitu *hardiness*.

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Saran Teoretis**

1. Melakukan penelitian lebih rinci mengenai pengaruh dukungan sosial rekan kerja pada derajat stres kerja pada perawat.

### **3.2.2 Saran Praktis**

1. Pihak manajemen rumah sakit dapat mengenali ciri-ciri stres kerja yang dialami oleh perawat di rumah sakit Ridogalih sehingga dapat mengelola stres kerja pada perawat.
2. Pihak manajemen dapat memberikan pembinaan atau pelatihan yang menunjang pengetahuan dan keterampilan perawat yang bertujuan untuk mengelola stres kerja pada perawat.
3. Kepada perawat dapat mengelola kondisi stres supaya berada pada titik optimal stres kerja saat bekerja.