

## BAB 7

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Mayoritas responden memiliki dukungan keluarga dalam kategori baik. Dukungan keluarga dalam konteks ini mengacu pada dukungan emosional, dukungan praktis, dan dukungan sosial yang diberikan oleh anggota keluarga kepada responden.
2. Hampir separuh dari responden memiliki *reinforcement* (penguatan) dalam kategori baik. *Reinforcement* dalam konteks ini merujuk pada penguatan positif, penghargaan, atau dukungan yang diberikan oleh atasan, rekan kerja, atau sistem organisasi kepada responden.
3. Sebagian besar responden mengalami tingkat stres kerja yang rendah. Stres kerja dalam konteks ini merujuk pada tingkat stres yang dialami oleh perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Wamena.
4. Ada pengaruh antara dukungan keluarga dan stres kerja perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Wamena. Ini berarti bahwa tingkat dukungan keluarga yang diterima oleh perawat dapat memengaruhi tingkat stres kerja yang mereka alami.
5. Ada pengaruh antara *reinforcement* (penguatan) dan stres kerja perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Wamena. Hal ini berarti bahwa tingkat *reinforcement* yang diterima oleh perawat dapat mempengaruhi tingkat stres kerja yang mereka alami.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Responden**

Diharapkan kepada responden ketika menghadapi stres kerja carilah cara untuk mengurangi stres seperti berolahraga secara teratur, beristirahat yang cukup dan melakukan aktivitas yang anda nikmati di luar pekerjaan. Pahami bahwa dukungan keluarga dan reinforcement dapat mempengaruhi tingkat stres kerja Anda. Cobalah mencari keseimbangan antara pekerjaan dan kehidupan pribadi dengan memanfaatkan dukungan keluarga dan memperkuat reinforcement yang positif di tempat kerja. Jika Anda merasa terbebani oleh stres kerja, jangan ragu untuk membicarakannya dengan keluarga atau mencari bantuan profesional yang dapat membantu Anda mengelola stres dan mencapai keseimbangan yang lebih baik.

### **2. Bagi Rumah Sakit**

Untuk memperkuat reinforcement positif di tempat kerja, manajemen dapat melakukan beberapa langkah penting. Pertama, manajemen perlu meningkatkan tingkat perhatian terhadap staf dengan mengadakan supervisi keruangan atau unit untuk memahami permasalahan yang terjadi di setiap unit. Supervisi ini harus bersifat proaktif dalam penyelesaian masalah dan tidak boleh berlarut-larut. Selain itu, penting untuk memperhatikan pengembangan karier perawat, seperti kepangkatan, sebagai bentuk penghargaan. Kedua, manajemen harus mengelola serta mengembangkan potensi diri perawat dengan

menyediakan pelatihan dan memperbaiki fasilitas-fasilitas yang belum memadai. Hal ini akan membantu perawat meningkatkan kompetensi mereka dan merasa dihargai. Ketiga, motivasi perawat dapat ditingkatkan dengan menerapkan pengakuan seperti penilaian "nurse of the month" dan memberikan jasa atau penghargaan tepat waktu. Ini akan mendorong semangat kerja perawat. Terakhir, untuk memperkuat hubungan antar petugas, manajemen dapat mengadakan kegiatan rekreasi tahunan. Ini akan membantu menciptakan suasana kerja yang lebih akrab dan mendukung di antara staf. Semua langkah ini bertujuan untuk menciptakan lingkungan kerja yang positif dan mendukung yang akan meningkatkan kepuasan dan kesejahteraan perawat di tempat kerja.

### **3. Bagi Instansi Pendidikan**

Lembaga pendidikan diharapkan dapat memanfaatkan temuan dari penelitian ini sebagai sumbangan berharga dalam menganalisis bagaimana dukungan keluarga dan penguatan (reinforcement) dapat memengaruhi tingkat stres kerja perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Wamena. Informasi ini dapat menjadi landasan untuk pengembangan penelitian lanjutan yang lebih bermanfaat dan informatif bagi pembaca serta sesama peneliti.

### **4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Bagi peneliti-peneliti yang akan datang, disarankan untuk lebih mendalami dan memperluas penelitian mereka terkait faktor-faktor

yang memainkan peran dalam memengaruhi penguatan (reinforcement) perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Wamena. Dengan melakukan hal ini, kita dapat mendapatkan pemahaman yang lebih komprehensif tentang hal tersebut, yang dapat memberikan manfaat lebih besar bagi dunia penelitian dan praktek perawatan kesehatan di masa mendatang.

