

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara manajemen stres kerja dengan kinerja perawat di RSJD Dr RM Soedjarwadi Klaten maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Rata-rata usia perawat di RSJD Dr RM Soedjarwadi Klaten Instalasi Rawat Inap Jiwa atau Bangsal Jiwa RSJD Dr. RM. Soedjarwadi Klaten yaitu 40 tahun, mayoritas berjenis kelamin laki-laki sebanyak 41 orang (51.3%), dengan mayoritas berpendidikan diploma sebanyak 59 orang (73.8%), masa kerja mayoritas bekerja diatas 10 tahun sebanyak 58 orang (72.5%), status kepegawaian mayoritas sebagai ASN sebanyak 60 orang (75%). Kemudian pada status pernikahan mayoritas sudah menikah sebanyak 74 orang (92.5%).
2. Mayoritas perawat memiliki manajemen stress dengan kategori tinggi sebanyak 39 responden (48.7%).
3. Mayoritas perawat berada pada kategori kinerja cukup yaitu 62 orang (77.5%).
4. Tidak ada hubungan antara manajemen stres kerja dengan kinerja perawat di RSJD Dr RM Soedjarwadi Klaten dengan nilai  $p\text{-value} = 0,472 > 0,05$ .

#### **B. Saran**

1. Bagi Manajemen Keperawatan RSJD Dr RM Soedjarwadi Klaten

Diharapkan dengan penelitian ini menjadi bahan masukan bagi pengembangan dan penerapan program manajemen stres yang lebih terstruktur dan komprehensif serta bahan masukan untuk merancang kebijakan yang mendukung kesejahteraan mental dan fisik perawat yang mencakup pengaturan beban kerja yang lebih adil, pengurangan waktu kerja yang berlebihan, serta kesempatan untuk perawat mendapatkan pelatihan keterampilan coping stres secara berkelanjutan. Kebijakan yang mengedepankan kesejahteraan perawat akan membantu mengurangi tingkat stres dan meningkatkan kualitas perawatan yang diberikan.

2. Bagi Perawat

Diharapkan dengan penelitian ini perawat di RSJD Dr. RM Soedjarwadi Klaten dapat memotivasi perawat untuk meningkatkan kemampuan dalam mengelola stres melalui program pelatihan keterampilan coping yang lebih terfokus. Serta menjadi bahan acuan untuk mempertahankan kinerja yang baik.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi sumber referensi bagi penelitian selanjutnya dengan ruang lingkup yang lebih luas. Peneliti berikutnya disarankan untuk membandingkan manajemen stres dan kinerja antara perawat yang bekerja di rumah sakit jiwa (RSJ) dengan perawat di rumah sakit umum, guna mengetahui perbedaan karakteristik stres kerja di kedua lingkungan tersebut. Selain itu, dapat pula dipertimbangkan untuk melibatkan variabel eksternal seperti dukungan keluarga, kepuasan kerja, dan peran sosial, yang berpotensi memengaruhi baik manajemen stres maupun kinerja perawat. Pendekatan ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih holistik mengenai faktor-faktor yang memengaruhi stres dan kinerja perawat dalam berbagai konteks layanan kesehatan.