

BAB VI

PENUTUP

Commented [H1]: Penomoran tidak ada??

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai **hubungan beban kerja dengan tingkat stres dan *burnout* pada perawat di RSUD Limpung tahun 2025**, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik Responden

Mayoritas responden dalam penelitian ini adalah perawat dengan kategori usia dewasa madya (36–45 tahun) sebanyak 40 orang (51,9%), berjenis kelamin laki-laki sebanyak 39 orang (50,6%), dengan pendidikan terakhir D3 Keperawatan sebanyak 50 orang (64,9%), serta memiliki masa kerja lebih dari 5 tahun sebanyak 42 orang (54,5%).

2. Beban Kerja

Responden terbagi relatif seimbang, yaitu beban kerja berat sebanyak 26 orang (33,8%), beban kerja sedang sebanyak 25 orang (32,5%), dan beban kerja ringan sebanyak 26 orang (33,8%).

3. Tingkat Stres

Sebagian besar responden mengalami stres ringan sebanyak 35 orang (45,5%), diikuti oleh stres sedang sebanyak 31 orang (40,3%), dan stres berat sebanyak 11 orang (14,3%).

4. Tingkat *Burnout*

Sebagian besar responden mengalami burnout kategori sedang sebanyak 43 orang (55,8%), diikuti oleh burnout rendah sebanyak 26 orang (33,8%), dan burnout tinggi sebanyak 8 orang (10,4%)

5. Hubungan Beban Kerja dengan Stres dan *Burnout*

Hasil uji statistik menggunakan Spearman Rank menunjukkan adanya hubungan yang sangat signifikan antara beban kerja dengan tingkat stres ($p = 0,000$; $r = 0,827$) serta hubungan yang sangat signifikan antara beban kerja dengan tingkat burnout ($p = 0,000$; $r = 0,864$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin berat beban kerja perawat, maka semakin tinggi pula risiko mengalami stres dan burnout. Sebaliknya, perawat dengan beban kerja ringan cenderung memiliki tingkat stres dan burnout yang lebih rendah.

B. Saran

1. Bagi Rumah Sakit

Melalui hasil penelitian ini diharapkan pihak manajemen RSUD Limpung dapat lebih memperhatikan dan mengevaluasi sistem kerja perawat, sehingga beban kerja dapat dikelola secara proporsional. Pengaturan beban kerja yang baik akan memaksimalkan tugas, potensi, serta kemampuan perawat dalam memberikan asuhan keperawatan secara optimal kepada pasien.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi bagi institusi pendidikan, khususnya dalam bidang keperawatan, terkait pentingnya manajemen beban kerja yang baik. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas lulusan yang tidak hanya unggul secara akademik, tetapi juga memiliki kesiapan mental dalam

menghadapi tekanan kerja, karena ketidakseimbangan beban kerja berpotensi memengaruhi masa kerja dan proses penyembuhan pasien.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi penting bagi perawat terkait batasan peran profesi agar tidak menjalankan tugas di luar kewenangan yang berpotensi menambah beban kerja. Selain itu, disarankan adanya **penambahan jumlah tenaga perawat** guna mencegah kelebihan beban kerja yang dapat memicu stres dan *burnout*, demi menjaga kualitas pelayanan keperawatan yang optimal.

