

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Sebagian besar perawat yang bekerja di RSUD Pindad Bandung berjenis kelamin perempuan sebanyak 74 orang (70,5%) dari total 105 responden. Mayoritas perawat berada pada rentang usia dewasa 25 – 44 tahun sebanyak 75 orang responden (71,4%) dan memiliki tingkat pendidikan D3 Keperawatan sebanyak 71 orang (67,6%). Sebagian besar perawat memiliki masa kerja kurang dari 5 tahun sebanyak 65 orang (61,9%) dan ruangan kerja terbanyak adalah Instalasi Rawat Jalan (IRJ) sebanyak 25 orang responden dengan presentase 23,8%.
2. Tingkat kelelahan pada perawat di RSUD Pindad Bandung diketahui bahwa dari 105 responden sebagian besar perawat mengalami kelelahan tingkat sedang sebanyak 73 orang (69,5%), sementara 32 orang (30,5%) lainnya memiliki tingkat kelelahan ringan, dan tidak ada yang mengalami kelelahan berat.
3. Kejadian *gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) pada perawat di RSUD Pindad Bandung diketahui bahwa dari 105 responden sebagian besar perawat yang mengalami kejadian *gastroesophageal Reflux Disease* (GERD) sebanyak 53 orang (50,5%), sementara 52 orang (49,5%) lainnya tidak mengalami kejadian *gastroesophageal Reflux Disease* (GERD).

4. Hubungan antara tingkat kelelahan dengan kejadian *gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* pada perawat di RSUD Pindad Bandung, berdasarkan hasil analisis statistik menggunakan uji *rank spearman* diperoleh nilai *p-value* = 0,000 ($p < 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Artinya, terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kelelahan dengan kejadian *gastroesophageal Reflux Disease (GERD)* dengan nilai koefisien korelasi ($r = 0,627$) menunjukkan arah hubungan positif dengan kekuatan hubungan yang tergolong kuat, yang berarti semakin tinggi tingkat kelelahan perawat, semakin besar kemungkinan perawat mengalami kejadian *gastroesophageal Reflux Disease (GERD)*.

B. Saran

1. Bagi RSUD Pindad Bandung

Diharapkan manajemen RSUD Pindad Bandung dapat melakukan upaya pencegahan dan penanganan terhadap kelelahan kerja pada perawat, seperti pengaturan jadwal kerja yang lebih proporsional, pemberian waktu istirahat yang cukup, serta monitoring kondisi kesehatan perawat secara berkala untuk mengurangi risiko terjadinya GERD akibat kelelahan kerja.

2. Bagi Perawat RSUD Pindad Bandung

Perawat diharapkan dapat meningkatkan kesadaran diri dalam menjaga kesehatan dengan mengatur pola makan, istirahat yang cukup, serta mengelola stres dan kelelahan dengan baik untuk mencegah terjadinya GERD.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan ada penelitian lanjutan dengan mempertimbangkan variabel lain yang berhubungan dengan kejadian GERD pada perawat, seperti pola makan, kebiasaan merokok, tingkat stres, dan aktivitas fisik, serta menggunakan desain penelitian analitik dengan metode longitudinal agar hubungan sebab – akibat antara kelelahan dan GERD dapat terlihat dengan lebih jelas.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan edukasi bagi mahasiswa keperawatan mengenai pentingnya pencegahan kelelahan kerja dan dampaknya terhadap kesehatan saluran cerna, serta sebagai bahan pertimbangan dalam penyusunan materi promosi kesehatan di lingkungan rumah sakit.