

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh kesabaran terhadap resiliensi pada perawat jiwa di rumah sakit, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Tingkat resiliensi perawat jiwa paling banyak berada pada kategori tinggi (74,6%), sedangkan (25,4%) berada pada kategori sedang dari total 118 responden. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas perawat memiliki kapasitas psikologis yang memadai untuk menghadapi tekanan pekerjaan, mampu beradaptasi terhadap situasi menantang, dan mempertahankan kinerja profesional secara konsisten. Adanya sekitar seperempat responden pada kategori sedang menandakan bahwa sebagian perawat masih memerlukan penguatan, baik melalui pelatihan pengelolaan stres, pendampingan psikologis, maupun dukungan sosial di lingkungan kerja, agar resiliensi mereka semakin optimal.
2. Tingkat kesabaran perawat jiwa paling banyak berada pada kategori tinggi (85,6%), sedangkan (14,4%) berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar perawat mampu mengelola emosi, menunjukkan ketenangan, dan bersikap sabar dalam menghadapi pasien dengan kondisi psikologis yang kompleks. Sementara itu, perawat pada kategori sedang menunjukkan kebutuhan pengembangan kemampuan

pengendalian diri dan ketahanan emosional agar dapat mempertahankan kinerja dan kesehatan mental secara berkelanjutan.

3. Variabel kesabaran terbukti berpengaruh signifikan terhadap resiliensi dengan nilai koefisien $\beta = 0,816$; $t (116) = 15,207$; $p < 0,05$; kontribusi sebesar (66,6%) terhadap varian resiliensi perawat jiwa. Semakin tinggi tingkat kesabaran yang dimiliki perawat, semakin tinggi pula daya lenting psikologis mereka dalam menghadapi tekanan kerja, dan berlaku sebaliknya. Hubungan antara kesabaran dan resiliensi bersifat searah, Dimana peningkatan kesabaran akan diikuti resiliensi.

B. Rekomendasi

1. Bagi Direktorat RSJ Sambang Lihum, disarankan untuk mengembangkan program kesehatan mental dan kesejahteraan perawat yang berfokus pada penguatan kesabaran, regulasi emosi, dan pengelolaan stres, seperti pelatihan pengelolaan emosi, manajemen stres, serta dukungan psikososial secara berkala. Program ini bertujuan untuk mempertahankan dan meningkatkan resiliensi dan kesabaran perawat yang sudah baik, sehingga perawat mampu mempertahankan kualitas pelayanan keperawatan jiwa secara konsisten.
2. Bagi perawat jiwa, diharapkan untuk terus mengikuti kegiatan pembinaan psikologis secara berkala, serta memanfaatkan dukungan sosial dari rekan sejawat, guna menjaga keseimbangan emosional dan mencegah kelelahan psikologis.

3. Peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian ini dengan memasukkan variabel lain yang relevan dan berpotensi memengaruhi resiliensi perawat jiwa, seperti dukungan organisasi, beban kerja, serta modal psikologis tambahan, misalnya optimisme dan *mindfulness*. Selain itu, penelitian lanjutan juga dapat mengkaji variabel berbasis nilai-nilai Islam yang berkaitan dengan ketahanan psikologis, seperti keikhlasan, tawakal, dan religiusitas. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan pendekatan metode yang beragam, termasuk metode campuran (*mixed methods*) dengan melibatkan wawancara mendalam atau observasi langsung. Penelitian juga perlu memperluas konteks dan lokasi penelitian dengan melibatkan lebih dari satu rumah sakit jiwa atau fasilitas pelayanan kesehatan jiwa lainnya, menerapkan teknik pengambilan sampel yang lebih proporsional antar-instalasi, serta menggunakan desain longitudinal atau pengukuran berulang, sehingga diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi perawat jiwa.