

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Merujuk pada hasil penelitian mengenai kontribusi *problem focused coping* terhadap *burnout* pada perawat di RSUD Sultan Suriansyah Kota Banjarmasin, maka dapat ditarik beberapa simpulan sebagai berikut:

1. Tingkat *burnout* pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Sultan Suriansyah Kota Banjarmasin mayoritas berada pada kategori sedang. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebanyak 56,7% perawat berada pada kategori sedang, 24,2% berada pada kategori rendah, dan 19,1% berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar perawat mengalami kelelahan kerja pada taraf sedang dalam menjalankan tugas dan tanggung jawab profesionalnya.
2. Tingkat *problem focused coping* pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Sultan Suriansyah Kota Banjarmasin mayoritas berada pada kategori sedang. Hasil analisis menunjukkan bahwa sebanyak 61,7% perawat berada pada kategori sedang, 20,0% berada pada kategori tinggi, dan 18,3% berada pada kategori rendah. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar perawat memiliki kemampuan yang cukup baik dalam menghadapi tekanan kerja melalui upaya pemecahan masalah secara langsung.
3. Terdapat kontribusi yang signifikan dari *problem focused coping* terhadap *burnout* pada perawat di Rumah Sakit Umum Daerah Sultan Suriansyah Kota

Banjarmasin. Hasil uji korelasi menunjukkan hubungan yang sangat kuat antara kedua variabel ($r = 0,907$; $p = 0,000 < 0,05$) Hasil uji regresi linear sederhana juga menunjukkan bahwa *problem focused coping* berpengaruh signifikan terhadap burnout ($p = 0,000 < 0,05$). Selain itu, nilai koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,823 menunjukkan bahwa *problem focused coping* memberikan kontribusi sebesar 82,3% terhadap *burnout*, sedangkan sisanya sebesar 17,7% dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian.

B. Rekomendasi

Berdasarkan hasil penelitian mengenai kontribusi *problem focused coping* terhadap *burnout* pada perawat di RSUD Sultan Suriansyah Kota Banjarmasin, terdapat beberapa rekomendasi yang dapat diberikan, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Perawat

Perawat yang memiliki tingkat *burnout* pada kategori sedang dan tinggi diharapkan mampu meningkatkan strategi *coping* yang lebih adaptif, khususnya melalui *problem focused coping*, seperti menyelesaikan masalah secara langsung, meningkatkan komunikasi dengan rekan kerja, mencari dukungan sosial, serta melakukan pengelolaan pekerjaan secara lebih terstruktur. Dengan demikian, tekanan kerja yang dihadapi dapat dikelola dengan lebih baik sehingga tidak berkembang menjadi kelelahan kerja yang lebih berat.

2. Bagi Pihak Rumah Sakit

Pihak rumah sakit diharapkan dapat memberikan perhatian lebih terhadap kondisi psikologis perawat melalui evaluasi beban kerja, pengaturan sistem kerja yang lebih seimbang, serta penyediaan program pendampingan psikologis atau

pelatihan manajemen stres. Selain itu, rumah sakit juga dapat mengadakan kegiatan penguatan mental kerja seperti konseling, pelatihan *coping stress*, serta peningkatan dukungan sosial antar tenaga kesehatan agar perawat mampu mempertahankan kualitas pelayanan secara optimal.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan kajian ini dengan menambahkan variabel lain yang berpotensi memengaruhi *burnout*, seperti *job demands*, *social support*, kepuasan kerja, resiliensi, maupun keseimbangan kehidupan kerja (*work-life balance*). Selain itu, peneliti selanjutnya juga dapat menggunakan metode penelitian yang berbeda seperti pendekatan kualitatif agar diperoleh pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengalaman perawat dalam menghadapi tekanan kerja dan kelelahan kerja.