

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Keluhan yang dialami oleh perawat berkaitan dengan jam kerja, *shift* kerja, jam istirahat, jumlah tenaga kerja, pendapatan, dan sistem *reward* dan *punishment*.
2. Beban kerja mental perawat mengalami *overload* dengan nilai rata-rata *weighted workload* sebesar 62,46. Indikator tertinggi dengan beban kerja sedang adalah *effort* sebesar 18,17; *mental demand* sebesar 10,737; *physical demand* sebesar 10,133; dan dengan beban kerja rendah yaitu *temporal demand* 9,76; *frustation level* 6,83 serta *own performance* 6,82.
3. Rekomendasi solusi yang diberikan atas permasalahan dalam kegiatan administrasi, cedera tulang belakang akibat aktivitas fisik, dan *shift* kerja masing-masing adalah sebagai berikut :
  - a. Melakukan *job redesign*,
  - b. Pengendalian secara teknik,
  - c. Membuat sistem *shift* kerja.
4. Rekomendasi solusi yang diberikan valid dengan nilai  $r$  hitung  $\geq r$  tabel dan reliabel dengan nilai 0,797 sehingga rekomendasi solusi dapat diterapkan untuk mengurangi beban kerja mental perawat.

## **6.2 Saran**

Adapun saran yang diberikan untuk penelitian selanjutnya adalah :

1. Dapat mengaplikasikan metode pengukuran beban kerja mental secara objektif bagi perawat.
2. Dapat melakukan perancangan lebih rinci mengenai rekomendasi solusi yang diusulkan.